Rajinder Singh

Η Αναζήτηση της Αληθινής μας Ταυτότητας



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
SAKIDARA Σάτσανγκ 2007
Χαλκηδόνος 3 Αμπελόκηποι
Τηλ: 210 6820796 - 6932233989
www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Η αναζήτηση της αληθινής μας ταυτότητας

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΙΛΙΕΣ



ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Η αναζήτηση της αληθινής μας ταυτότητας

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΙΛΙΕΣ



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

45 175 Naperville Rd., Naperville. IL 60563
and 2 Canal Road, Vijay Nagar, Delhi 110009, India

Υπεύθυνος για την Ελλάδα :
Dr. Γαβριήλ Σιμονέτος
Email : gaby.simonetos@gmail.com
Κολοκοτρώνη 28 - Φιλοθέη - Τ.Κ. 152 37
Tel.: 6932233989

Επιστήμη της Πνευματικότητας
Email Γραμματεία : sos.satsang@gmail.com
Χαλκηδόνος 3, 11527 Athens – Greece

Science of Spirituality : **https://www.sos.org/el/**



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Η αναζήτηση της αληθινής μας ταυτότητας

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΟΜΙΛΙΕΣ



ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
http://www.sos.org/el

Περιεχόμενα

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ: Ο ΤΡΟΠΟΣ ΝΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΤΕ ΤΗΝ ΑΛΗΘΙΝΗ ΣΑΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ

ΤΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΤΗΣ ΜΥΣΤΙΚΙΣΤΙΚΗΣ ΑΓΑΠΗΣ

ΕΡΩΤΟΑΠΟΚΡΙΣΕΙΣ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Έρχεται κάποια στιγμή στη ζωή μας που αναρωτιόμαστε ποιος είναι ο σκοπός της ύπαρξής μας. Ήρθαμε σ' αυτόν τον κόσμο για να δώσουμε απλώς τον αγώνα της επιβίωσης ή υπάρχει και κάτι περισσότερο; Όταν το υπαρξιακό αίνιγμα κυριέψει την καρδιά μας, δε μας αφήνει να βρούμε ησυχία και ανάπαυση, μέχρι να ανακαλύψουμε τη λύση του. Η λαχτάρα μας να βρούμε την αληθινή μας ταυτότητα είναι σαν ένα σαράκι που τρώει το είναι μας και μας ωθεί στο να αναζητήσουμε τη λύση στο μυστήριο της ζωής και του θανάτου.

Κάθε άνθρωπος επιδιώκει να βρει την απάντηση στα Πνευματικά του ερωτήματα με διαφορετικό τρόπο. Άλλοι στρέφονται στις ιερές Γραφές της θρησκείας τους, άλλοι στρέφονται στα ιερά κείμενα άλλων πίστεων, ενώ άλλοι προστρέχουν σε άγιους τόπους προσκυνήματος. Άλλοι τέλος, δε μένουν ικανοποιημένοι μόνο με τις γνώσεις που αποκτούν μέσα από τη μελέτη θρησκευτικών και φιλοσοφικών κειμένων και επιζητούν να αποκτήσουν προσωπική εμπειρία της αλήθειας. Αναζητούν μια μέθοδο που θα τους οδηγήσει όχι μόνο στη θεωρητική γνώση για τη φύση της αληθινής μας υπόστασης, αλλά πολύ περισσότερο σε άμεση προσωπική εμπειρία εκείνου που ονομάζεται ανώτερος εαυτός, Εσωτερικός εαυτός, πνεύμα ή ψυχή.

Η χαραυγή της νέας χιλιετίας βρίσκει την ανθρωπότητα να έχει κάνει, στη διάρκεια του τελευταίου αιώνα, τόση πρόοδο στον επιστημονικό και τεχνολογικό τομέα, όση δεν είχε κάνει σε όλα τα χρόνια της καταγραμμένης ιστορίας. Όμως, πόσο έχουμε στ' αλήθεια προοδεύσει στην προσπάθειά μας να γνωρίσουμε την αληθινή μας ταυτότητα; Πόσοι γνωρίζουμε την αληθινή φύση της ύπαρξης και την ουσία της

ζωής; Η επιστημονική μας διαπαιδαγώγηση μας παρακινεί να μην αποδεχόμαστε κάτι ως θέσφατο, αν προηγουμένως δεν το ερευνήσουμε εμείς οι ίδιοι κι αν δεν αποκτήσουμε προσωπική εμπειρία για αυτό.

Ο μυστικισμός από πολλούς θεωρείται σαν κάτι απόκοσμο και αντίθετο από τον πρακτικό και τον καθημερινό τρόπο ζωής. Αυτό είναι λάθος. Αντίθετα ο μυστικισμός και η Πνευματικότητα στις αληθινές τους διαστάσεις, είναι ένας επιστημονικός τρόπος με τον οποίο μπορούμε να βρούμε απάντηση στα υπαρξιακά μας ερωτήματα, ενώ ταυτόχρονα εξακολουθούμε να αποτελούμε ενεργά και παραγωγικά μέλη της κοινωνίας μας.

Η λέξη «μυστικισμός» είναι δανεισμένη από την Αγγλική γλώσσα. Οι αρχαίοι Έλληνες, για να περιγράψουν την ίδια έννοια, χρησιμοποιούσαν τον όρο «μυστήρια». Ακόμα ότι σχετιζόταν με τα μυστήρια ονομαζόταν «*μυστικά*» και η εισαγωγή στα μυστήρια ονομαζόταν «*μύηση*». Αυτοί που ασχολούνταν με τα μυστήρια ονομάζονταν "*μύστες* ή *μυστικοί*". Όλες αυτές οι λέξεις προέρχονται από το αρχαιοελληνικό ρήμα "μύω", που σημαίνει "κλείνω" ή "σφραγίζω", και αρχικά αφορούσε τα μάτια. Έτσι, ο όρος "μυστήρια" αρχικά θα πρέπει να δήλωνε το σύνολο των εμπειριών που βίωνε κανείς με τα μάτια κλειστά. Με άλλα λόγια, για να χρησιμοποιήσουμε σύγχρονη ορολογία, "*μυστήρια*" είναι οι πνευματικές εμπειρίες που βιώνει κανείς στη διάρκεια του διαλογισμού και "*μύστης*" είναι ο σπουδαστής ή ο ειδικευμένος στην επιστήμη του διαλογισμού. Επειδή όμως οι εντολές του "*μυσταγωγού*" ή Πνευματικού δασκάλου προς τους μαθητές του ήταν να μην αποκαλύπτουν σε κανέναν τις εμπειρίες τους, το ρήμα "μύω" έφτασε να σημαίνει και «σφραγίζω το στόμα μου». Αφού λοιπόν ο λαός δεν είχε πρόσβαση στα μυστήρια και δεν υπήρχε τρόπος να γίνει γνωστό τι συνέβαινε στη διάρκεια της τέλεσής τους, σταδιακά η λέξη "μυστήριο" έφτασε να δηλώνει κάτι το απόκρυφο, το αινιγματικό, το ακατανόητο και το ανεξήγητο. Αντίστοιχα και ο όρος "Πνευματικότητα" σημαίνει το σύνολο των Πνευματικών εμπειριών που βιώνει η ψυχή ή το πνεύμα στη διάρκεια

του μεγάλου ταξιδιού του προς την Αληθινή του Πατρίδα και δεν πρέπει να συγχέεται με τον Πνευματισμό, την επίκληση πνευμάτων, την πνευματολατρεία, τη μαγεία, την τηλεπάθεια, τον υπνωτισμό, τις αναδρομές και άλλες υπερφυσικές δραστηριότητες. Ο μυστικισμός και η Πνευματικότητα είναι ο πιο φυσικός τρόπος με τον οποίο μπορούμε να φτάσουμε σ᾽ εκείνο που οι αρχαίοι μας πρόγονοι ονόμαζαν ***«γνώθι σαυτόν», τη γνώση δηλαδή της αληθινής μας ταυτότητας***. Το βασικό αξίωμα του μυστικισμού είναι ότι ο καθένας μας στην πραγματικότητα είναι μια ψυχή, που κατοικεί στο φυσικό σώμα για κάποια μικρή χρονική περίοδο. Από πού όμως ήρθε η ψυχή μας πριν κατοικήσει σ᾽ αυτόν τον κόσμο; Ποιος είναι ο σκοπός αυτού του κόσμου και της ίδιας της ψυχής; Αυτά τα ερωτήματα είναι θεμελιώδη για να κατανοήσουμε το λόγο της ανθρώπινης ύπαρξή μας. Οι άγιοι και οι μύστες είναι τα φωτισμένα εκείνα όντα που έχουν ψάξει και έχουν βρει τις απαντήσεις σ᾽ αυτά τα καυτά ερωτήματα και μας λένε ότι ***ο σκοπός της ανθρώπινης ζωής είναι να ενώσουμε ξανά την ψυχή μας που έχει αποχωριστεί πολλούς αιώνες πριν, με το Δημιουργό***. Για μας είναι σημαντικό το ότι οι ίδιοι προσφέρονται να μας διδάξουν κάποια μέθοδο με την οποία θα μπορέσουμε να αποκτήσουμε τη δυνατότητα να επιτύχουμε αυτή την ένωση.

Μέσα στους αιώνες έχουν προταθεί πολλές μέθοδοι για να πετύχουμε αυτή την ένωση. Ειδικά όμως σήμερα, στον εφήμερο κόσμο που ζούμε χρειαζόμαστε μια ρεαλιστική προσέγγιση που να λαμβάνει υπόψη της την πραγματικότητα του σύγχρονου τρόπου ζωής. Μια τέτοια προσέγγιση του μυστικισμού προσφέρει απεριόριστες δυνατότητες βελτίωσης της ζωής μας και βελτίωσης της ζωής των ανθρώπων σ᾽ ολόκληρη την υφήλιο. Μπορούμε πράγματι να αποκτήσουμε τη γαλήνη, την αρμονία, την αγάπη και τη μακαριότητα που αποζητούμε τόσο απελπισμένα και ακόμα έχουμε τη δυνατότητα να αποτελέσουμε μέρος ενός συνεχώς αυξανόμενου συνόλου ανθρώπων που θα καθιερώσουν την ειρήνη και την ενότητα σ᾽ ολόκληρο τον κόσμο.

Οι μεγάλοι Διδάσκαλοι δε συνιστούν να πάρουμε τα όρη και τα βουνά, ή να πάμε στην έρημο ή στα δάση, προκειμένου να αναζητήσουμε το Θεό. Το μονοπάτι που μας υποδείχνουν είναι ένα μονοπάτι θετικού και όχι αρνητικού μυστικισμού. Μας λένε να εξακολουθήσουμε να ζούμε μέσα στον κόσμο, αλλά ταυτόχρονα να επιδιώκουμε σταθερά την επίτευξη του στόχου μας, καθώς το ένα δεν εμποδίζει ούτε αποκλείει το άλλο. Οι παλιές μορφές γιόγκα ήταν τόσο δύσκολες, τόσο απαιτητικές και τόσο χρονοβόρες, ώστε κάποιος θα έπρεπε να εγκαταλείψει τον κανονικό τρόπο ζωής του, αν ήθελε να ασχοληθεί μαζί τους. Το Μονοπάτι όμως που μας προσέφεραν οι άγιοι είναι μια απόλυτα φυσική μορφή γιόγκα, που ακόμα κι ένα παιδί πέντε χρονών μπορεί να την ασκήσει το ίδιο, όπως κι ένας αιωνόβιος γέροντας. Η ευκολία και η φυσικότητά της μας δίνουν τη δυνατότητα να επιδιώξουμε τον απώτατο πνευματικό μας στόχο, χωρίς να χρειάζεται να εγκαταλείψουμε τις οικογενειακές και τις κοινωνικές μας υποχρεώσεις. Έχουμε χρέος απέναντι στους γονείς, στους συζύγους και στα παιδιά μας και η φροντίδα τους είναι βασική υποχρέωσή μας. Έχουμε χρέος απέναντι στην κοινωνία, στη χώρα μας, ακόμα και πέρα από τη χώρα μας, έχουμε χρέος απέναντι σ᾽ ολόκληρη την ανθρωπότητα και τη Θεϊκή Δημιουργία και οφείλουμε να υπηρετούμε αυτές τις έννοιες όσο καλύτερα μπορούμε. Ωστόσο, όσον καιρό εκπληρώνουμε αυτές τις υποχρεώσεις μας, δεν πρέπει να χάνουμε την προοπτική κσι το σκοπό για τον οποίον όλοι γεννηθήκαμε και βρισκόμαστε σε αυτή τη γη.

Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ είναι ένας πνευματικός Ειδήμονας της επιστήμης του διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως και το Θείο Ήχο. Μελέτησε την τέχνη του διαλογισμού ή αλλιώς την τέχνη της Εσωστροφής, στα ιερά πόδια δύο μεγάλων πνευματικών Διδασκάλων, του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ (1894-1974) και του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ (1921-1989), οι οποίοι δίδαξαν την "*Επιστήμη της Πνευματικότητας*" που ονομάζεται επίσης και *Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα* ή *Γιόγκα του Θείου Ηχητικού Ρεύματος*. Σύμφωνα με αυτήν τη μέθοδο διαλογισμού, ο μαθητής

στο Μονοπάτι της Πνευματικότητας συγκεντρώνει την προσοχή του στην Έδρα της Ψυχής, που βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια και με την αμέριστη βοήθεια και καθοδήγηση του Πνευματικού του Διdασκάλου, καταφέρνει να δει και να ακούσει το Φως και τον Ήχο του Θεού μέσα του, που είναι η δημιουργική Αρχή ή ο «Λόγος» του Ευαγγελίου. «*Εν αρχήν ήτο ο Λόγος και ο Λόγος ήτο προς τον Θεόν και Θεός ήτο ο Λόγος*» (Ιωαν. 1:1-3)

Όταν ο μαθητής σταδιακά αποσύρει την προσοχή του από τον περιβάλλοντα κόσμο και τη συντονίσει με το θείο Φως και τον Ήχο, θα μπορέσει να υψωθεί πάνω από το υλικό του σώμα και να "πετάξει" ψηλά, στα Πνευματικά βασίλεια του Υπερπέραν. Το θείο ταξίδι της ψυχής του μαθητή ξεκινάει από τον υλικό κόσμο και αφού διασχίσει τα Πνευματικά βασίλεια, η ψυχή του καταλήγει στην Αγκαλιά του Θεού, στην Πηγή απ᾽ όπου προήλθε. Ο Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ ολοκλήρωσε με επιτυχία την Πνευματική του μαθητεία και αργότερα, ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ τού παρέδωσε τον Πνευματικό του μανδύα το 1989 και του εμπιστεύτηκε τη συνέχιση του έργου που είχε εμπιστευτεί σε αυτόν ο δικός του Διδάσκαλος Κιρπάλ Σινγκ, δεκατέσσερα χρόνια πριν.

Το βιβλίο που κρατάτε στα χέρια σας, "*Η αναζήτηση της αληθινής μας ταυτότητας*" αποτελεί μια συλλογή από ομιλίες που έδωσε ο Διδάσκαλος Ρατζίντερ Σινγκ άλλοτε σε Ινδικό και άλλοτε σε Δυτικό ακροατήριο. Μιλώντας με απλό και άμεσο τρόπο και με την παράθεση πολλών παραδειγμάτων και παρομοιώσεων από το σύγχρονο τρόπο ζωής, βοηθάει τους πνευματικούς αναζητητές να κατανοήσουν τις διάφορες πτυχές του Μονοπατιού της Πνευματικότητας.

Οι ομιλίες που περιέχονται σ᾽ αυτό το βιβλίο έχουν χωριστεί σε τρία μέρη. Το πρώτο μέρος, "*Διαλογισμός: Ο τρόπος να ανακαλύψετε την αληθινή σας ταυτότητα*", πραγματεύεται το θέμα του διαλογισμού στο θείο Φως και τον Ήχο ως μία μέθοδο η οποία μας επιτρέπει, σε πρακτικό επίπεδο, να ανακαλύψουμε ***την αληθινή μας ταυτότητα που είναι η ψυχή***

ή πνεύμα. Στις ομιλίες αυτές ο Διδάσκαλος Ρατζίντερ προσεγγίζει το διαλογισμό από διαφορετική κάθε φορά οπτική γωνία και μας παρέχει χρήσιμες πληροφορίες, για να αντιληφθούμε την αξία της μεθόδου και τα οφέλη που αποκομίζουμε όταν κάνουμε διαλογισμό. Ακόμα περιγράφει τρόπους με τους οποίους ο διαλογισμός μας μπορεί να γίνει αποδοτικότερος και να φέρει γρηγορότερα αποτελέσματα.

Στο δεύτερο μέρος, "*Θεμελιώδεις αρχές της Πνευματικής Ζωής*", ο Διδάσκαλος πραγματεύεται τις βασικές αρχές που πρέπει να διέπουν τη ζωή μας, οι οποίες αρχές αποτελούν καθοριστικό βοηθητικό παράγοντα στην προσπάθειά μας να προοδεύσουμε πνευματικά.

Το τρίτο μέρος, "*Το Μονοπάτι της Μυστικιστικής Αγάπης*", πραγματεύεται το θεμέλιο λίθο της Πνευματικότητας που είναι η Αγάπη. Εξετάζει τη φύση της Πνευματικής Αγάπης, τον τρόπο που καλλιεργείται και αναπτύσσεται η Αγάπη και τα στάδια από τα οποία περνάει ενώ ταυτόχρονα γίνεται ιδιαίτερη μνεία στην απόλυτη ανάγκη και τον κυρίαρχο ρόλο που διαδραματίζει ο Πνευματικός Διδάσκαλος στο Πνευματικό μας ταξίδι.

Τέλος, υπάρχει κι ένα τέταρτο μέρος στο οποίο περιέχονται ερωταποκρίσεις με το Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ, στις οποίες ο Διδάσκαλος απαντάει στα ερωτήματα που του θέτουν αναζητητές της αλήθειας αλλά και μαθητές του, με σκοπό να αποσαφηνίσει πολλές από τις απορίες τους που αφορούν το Πνευματικό Μονοπάτι.

Κάθε ομιλία που περιέχεται σ' αυτό το βιβλίο αποτελεί μια αυτοτελή ενότητα με ολοκληρωμένο νόημα. Σε κάποιες απ' αυτές περιλαμβάνονται έννοιες και όροι με τους οποίους ο αναγνώστης πιθανόν δεν είναι εξοικειωμένος και γι' αυτό, όπου κρίθηκε αναγκαίο, υπάρχουν παραπομπές και υποσημειώσεις για να διευκολύνεται η κατανόηση του κειμένου.

Το βιβλίο αυτό πιστεύουμε ότι αποτελεί ένα χρήσιμο βοήθημα για όσους επιθυμούν να κατανοήσουν τι είναι η Πνευματικότητα και ο Μυστικισμός αλλά κυρίως μια προτροπή να

εφαρμόσουν σε πρακτικό επίπεδο την επιστήμη του διαλογισμού, ώστε να πιστοποιήσουν μέσα από τα προσωπικά τους βιώματα την ορθότητα και την αποτελεσματικότητα της μεθόδου. Οι ομιλίες αυτές παραδίδονται στους Έλληνες αναζητητές της Αλήθειας, με την ελπίδα να γίνουν η αφορμή για την Πνευματική τους αφύπνιση και να αποτελέσουν το κίνητρο που θα τους επιτρέψει να ανακαλύψουν την αληθινή τους ταυτότητα.

Μέσα από την ψυχή Του

«Πώς μπορώ να αποδώσω με λόγια τη μακαριότητα που σας περιμένει Εσωτερικά;

Πώς μπορώ να σας περιγράψω την απόλυτη έκσταση που μπορεί να βιώσετε, όταν η θεία Αγάπη σας αγκαλιάσει, σας περιβάλει και διαπεράσει το κάθε σας κύτταρο και μουσκέψει την ψυχή σας με αλλεπάλληλα κύματα από Θείο Νέκταρ;

Πώς μπορώ να βρω λόγια να εξηγήσω τι θα πει ολόκληρη η ψυχή σας να λιώνει μέσα στην αιώνια ένωση με το Θείο Αγαπημένο σας; Πόσο συναρπαστικό είναι να πετάς Εσωτερικά με υπερηχητική ταχύτητα και να χάνεσαι μέσα στην αγκαλιά του Θείου Αγαπημένου!

Πώς μπορώ να σας εκφράσω τι σημαίνει ο Κύριος να χαϊδεύει την ψυχή σας με τις Θείες ματιές Του και να φυσάει τη φλόγα της Αγάπης Του μέσα σε κάθε σας πνοή;

Μόλις κάποιος γευτεί αυτές τις εμπειρίες, θα περνάει τις μέρες του πλημμυρισμένος από συνεχή μακαριότητα.

Λοιπόν αυτός ο αιώνιος θησαυρός βρίσκεται μέσα σας.

Είναι τόσο κοντά σας που δε χρειάζεται καν να απλώσετε το χέρι σας για να τον αποκτήσετε!»

Σαν Ρατζίντερ Σινγκ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο

Διαλογισμός:
Ο τρόπος να ανακαλύψετε την αληθινή σας ταυτότητα



1. Ανακαλύψτε τον ανώτερό σας εαυτό

Ζούσε κάποτε ένας γιόγκι που είχε αφιερώσει πολλά χρόνια από τη ζωή του στην προσπάθεια να τελειοποιήσει την ικανότητά του να περπατάει πάνω στο νερό. Κάποια μέρα, ο γιόγκι αυτός έκανε επίδειξη του ταλέντου του σε ένα βαρκάρη. Ο βαρκάρης, αφού παρακολούθησε το γιόγκι να κάνει ασκήσεις καθαρισμού και άλλες χρονοβόρες προετοιμασίες προτού περπατήσει τελικά πάνω στο νερό, τον πλησίασε και του είπε: «Έχεις αφιερώσει χρόνια ολόκληρα για να τελειοποιήσεις αυτή την τέχνη, κι όμως εγώ μπορώ να σε περάσω απέναντι με μισή ρουπία και στο μισό χρόνο».

Αυτή η ιστορία μάς βάζει σε σκέψεις γιατί ο καθένας μας μπορεί να αφιερώσει ολόκληρη τη ζωή του στην προσπάθεια να καλλιεργήσει κάποια ικανότητα, κάποια επιδεξιότητα ή κάποιο ταλέντο του, αλλά το ζητούμενο είναι αν αυτό στο οποίο επιλέξαμε να αφοσιωθούμε είναι κάτι που έχει πραγματική αξία. Πολλοί από μας δε σκεπτόμαστε πώς να αξιοποιήσουμε τη ζωή μας και παρότι η ζωή είναι πολύτιμη, διαθέτουμε το χρόνο και την ενεργητικότητά μας σε πράγματα που δεν αξίζουν τον κόπο. Όμως, αφού μας δόθηκε μία ζωή πενήντα, εξήντα, εβδομήντα, ενενήντα ή εκατό χρόνων, οφείλουμε να την αξιοποιήσουμε κατά τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Κάποτε ένας άγιος ρώτησε κάποιον άνθρωπο αν θα ήθελε να βρει το Θεό. Στην αρχή ο άνθρωπος αυτός είπε στον άγιο ότι θα προτιμούσε να περιμένει μέχρι να παντρευτεί και να νοικοκυρευτεί. Όταν νοικοκυρεύτηκε, ο άγιος επέστρεψε και τον ξαναρώτησε: «Θα ήθελες τώρα να βρεις το Θεό;» Ο άνθρωπος τού απάντησε ότι θα αναζητούσε το Θεό όταν θα κατάφερνε να γίνει ένας πλούσιος κι επιτυχημένος επαγγελματίας. Ο άγιος επέστρεψε όταν εκείνος ήταν πλέον επαγγελματικά πετυχημένος και είχε κάνει πολλά λεφτά και τον ρώτησε ξανά αν επιθυμούσε να βρει το Θεό. Και αυτή τη φορά ο άνθρωπος τού απάντησε ότι θα ήθελε να περιμένει μέχρι να παντρέψει πρώτα τα παιδιά του και μετά να αναζητήσει το Θεό. Όταν

τα παιδιά του είχαν πια τακτοποιηθεί, ο άγιος επέστρεψε και πάλι. Αλλά και αυτή τη φορά ο άνθρωπος ήθελε να περιμένει μέχρι να αποκτήσει εγγόνια και μετά να ψάξει να βρει το Θεό. Σε βαθιά γεράματα, όταν πια ψυχορραγούσε, είπε στον άγιο ότι ήταν έτοιμος να βρει το Θεό. Όμως, με όλες αυτές τις αναβολές, ολόκληρη η ζωή του είχε καταναλωθεί και δεν του είχε μείνει πια άλλος αξιοποιήσιμος χρόνος. Ας μη γίνουμε λοιπόν κι εμείς σαν αυτόν τον άνθρωπο. Ας κάνουμε τις επιλογές μας όσο είμαστε ακόμα ακμαίοι και με καθαρό μυαλό. Ας αξιοποιήσουμε το κεφάλαιο του χρόνου που μας έχει παραχωρηθεί τώρα, χωρίς να περιμένουμε μέχρι να είναι πλέον πολύ αργά.

Ποιούς στόχους βάζουμε στη ζωή μας

Η ζωή μοιάζει με αγώνα δίχως τέλος. Οι περισσότεροι διαθέτουμε το χρόνο μας στο κυνήγι του χρήματος, προκειμένου να εξασφαλίσουμε τροφή, ρούχα και στέγη. Στα εξήντα πέντε μας χρόνια περίπου βγαίνουμε στη σύνταξη και τότε ξοδεύουμε τις οικονομίες μας στους γιατρούς και για να συντηρηθούμε μέχρι το τέλος της ζωής μας. Γι᾿ αυτούς που σπατάλησαν ολόκληρη τη ζωή τους συντηρώντας απλώς και μόνο το φυσικό τους σώμα, τι απομένει όταν φτάσει το τέλος τους; Λοιπόν, θα πρέπει να σκεφτούμε σοβαρά το λόγο για τον οποίο ήρθαμε στη γη. Ήρθαμε μόνο για να δώσουμε τον αγώνα της επιβίωσης ή ήρθαμε για κάτι περισσότερο;

Πολλοί αφιερώνουν τη ζωή τους σε αγαθοεργούς σκοπούς και άλλοι προσπαθούν να εξασφαλίσουν καλό όνομα και φήμη. Άλλοι προσπαθούν να βελτιώσουν το επίπεδο ζωής της ανθρωπότητας με διάφορες εφευρέσεις στο χώρο των επικοινωνιών, των μεταφορών κι αλλού. Άλλοι ασχολούνται με την ιατρική και την εκπαίδευση, συμβάλλοντας έτσι στη βελτίωση της ποιότητας της ζωής των ανθρώπων και υπάρχουν και άλλα πολλά επαγγέλματα με τα οποία μπορεί κανείς να προσφέρει στο συνάνθρωπό του. Ας αναλύσουμε τα πιο πάνω μέσα από

το πρίσμα της προσωπικής μας ανάπτυξης και προόδου.

Υπάρχει μια πολύ διδακτική ιστορία για τον αληθινό φίλο των φυλακισμένων, που σχετίζεται με όσα προαναφέραμε. Κάποτε, κάποιος επισκέφτηκε μια φυλακή και βλέποντας τις άθλιες συνθήκες που επικρατούσαν σ᾽αυτή, προσφέρθηκε να αναλάβει την υποχρέωση να δίνει καλύτερη τροφή στους κρατούμενους. Εκείνοι εκτίμησαν την προσφορά του, αλλά του είπαν: «Δε μας προσφέρεις ουσιαστική βοήθεια, γιατί θα εξακολουθούμε να παραμένουμε φυλακισμένοι». Αργότερα, εμφανίστηκε κάποιος άλλος, που προσφέρθηκε να τους δίνει καλύτερα και πιο ζεστά ρούχα. Οι φυλακισμένοι εκτίμησαν την προσφορά του, όμως του είπαν, όπως και στον προηγούμενο, ότι η βοήθειά του δεν ήταν ουσιαστική, αφού θα εξακολουθούσαν να παραμένουν φυλακισμένοι. Μετά ήρθε ένας τρίτος άνθρωπος που προσφέρθηκε να τους δώσει καλύτερα δωμάτια και κρεβάτια. Και πάλι εκτίμησαν την προσφορά, αλλά και πάλι όπως είπαν για μία ακόμα φορά, θα εξακολουθούσαν να είναι κρατούμενοι. Τελικά, παρουσιάστηκε κάποιος με το κλειδί της φυλακής, που άνοιξε τις πόρτες και τους άφησε ελεύθερους. Οι φυλακισμένοι δέχτηκαν αυτό τον άνθρωπο με ευγνωμοσύνη και τον θεώρησαν ως αληθινό τους φίλο, γιατί ήταν ο μόνος που τους χάρισε την ελευθερία τους.

Παρόμοια, ενώ μπορεί να προσφέρουμε τις υπηρεσίες μας στον κόσμο και να συμβάλλουμε στη βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης των συνανθρώπων μας, εξακολουθούμε κι εμείς να είμαστε φυλακισμένοι και αιχμάλωτοι στον κύκλο της ζωής και του θανάτου. Ετσι, παράλληλα με τη βοήθεια που προσφέρουμε στον κόσμο, θα πρέπει να φροντίσουμε ώστε να βρούμε έναν τρόπο που θα επιτρέψει και σε μας να ξεφύγουμε από τις δοκιμασίες και τα βάσανα που υπομένουμε στη ζωή.

Η απόδραση από τον κύκλο της ζωής και των θανάτων

Πολλοί πιθανότατα να αναρωτιούνται γιατί κάποιος θα

έπρεπε να επιθυμεί να δραπετεύσει από τον κύκλο της ζωής και των θανάτων. Όταν δε βρεθούμε αντιμέτωποι με τις αναποδιές της ζωής, αναρωτιόμαστε γιατί είναι αναγκαίο να αποδράσουμε. Όταν όλα πηγαίνουν κατ᾽ ευχή, είμαστε χαρούμενοι με τη ζωή μας. Από τη στιγμή όμως που αντιμετωπίζουμε πόνο, αρρώστια, ταλαιπωρίες, φτώχια, εξευτελισμό ή τον επερχόμενο θάνατο, ξαφνικά γεννιέται μέσα μας η επιθυμία να λύσουμε το μυστήριο της ζωής και να ξεφύγουμε από τα βάσανά της. Αν η ζωή ήταν παραδεισένια, ελάχιστοι μόνο θα ήθελαν να βρουν έναν τρόπο να αποδράσουν. Όμως η ζωή σ᾽ αυτόν τον πλανήτη είναι δέσμια του αδυσώπητου νόμου του κάρμα, του νόμου της δράσης και της αντίδρασης και γι᾽ αυτό στο τέλος θα κληθούμε να πληρώσουμε για όλες τις σκέψεις, τους λόγους και τις πράξεις μας. Δεν μπορούμε να ξεφύγουμε από την πληρωμή και τις συνέπειες των πράξεών μας. Αυτό άλλωστε έκανε και το Βούδα να πει ότι: «*Ολόκληρη η ζωή είναι ένας πόνος*». Αν κοιτάξουμε γύρω μας, θα διαπιστώσουμε ότι ο κόσμος είναι γεμάτος βάσανα, εγκλήματα, αρρώστιες, φτώχια, πόλεμους, λιμούς και φυσικές καταστροφές. Αρκεί μόνο να ανατρέξουμε στην προσωπική μας ζωή, για να δούμε ότι και εμείς οι ίδιοι και η οικογένειά μας δεν έχουμε αποφύγει τον πόνο και τη θλίψη. Η ιστορία με το Βούδα και τον κόκκο του σιναπιού είναι χαρακτηριστική, γιατί περιγράφει ανάγλυφα αυτό το σημείο.

Μια γυναίκα, που πρόσφατα είχε χάσει το γιο της, πήγε κλαίγοντας στο Βούδα για να τον παρακαλέσει να φέρει το γιο της πίσω στη ζωή. Ο Βούδας της είπε ότι θα μπορούσε να το κάνει, αρκεί η ίδια να κατάφερνε να βρει και να του φέρει έναν κόκκο σινάπι από κάποιο σπιτικό στο οποίο δεν θα είχε πεθάνει ποτέ κανείς. Η γυναίκα έφυγε ανακουφισμένη, αλλά τελικά όπου κι αν έψαξε, όπου κι αν πήγε, δε βρήκε καμία τέτοια οικογένεια και αντίθετα, γελούσαν μαζί της και της έλεγαν ότι θα έπρεπε να ήταν πολύ ανόητη, αν πίστευε ότι υπάρχει έστω και μια οικογένεια που να μην έχει θρηνήσει ποτέ για το χαμό κάποιου δικού της ανθρώπου. Έτσι, η γυναίκα επέστρεψε στο

Βούδα πιο σοφή, αφού είχε πια συνειδητοποιήσει ότι κανείς δεν μπορεί να ξεφύγει από το θάνατο.

Τότε, ποια είναι η λύση; Στο σημείο αυτό χρειαζόμαστε τη συμβουλή των αγίων, των μυστών και των προφητών, που έχουν λύσει αυτό το μυστήριο και έχουν βρει τη διέξοδο από τον πόνο. Μας συμβουλεύουν, λοιπόν, να υψωθούμε πάνω από την ψευδαίσθηση του κόσμου, να δούμε την πραγματικότητα και να ανακαλύψουμε τον ανώτερο εαυτό μας, την αληθινή μας ταυτότητα. Αν κατορθώσουμε μας λένε, να υψωθούμε πάνω απ᾿ αυτόν τον κόσμο, θα βρούμε τις πολυπόθητες απαντήσεις για το μυστήριο της ζωής. Προς το παρόν είμαστε παγιδευμένοι μέσα σε μια μεγάλη πλάνη, γιατί νομίζουμε ότι ως άνθρωποι, είμαστε ένα σώμα με νόηση. Όμως, μελέτες που έγιναν σχετικά με τις «*παραθανάτιες εμπειρίες*» έχουν αποκαλύψει ότι εκατομμύρια άνθρωποι έχουν βιώσει την εμπειρία της διατήρησης της συνειδητότητάς τους και την αίσθηση της ύπαρξής τους ακόμα και μετά το θάνατο του φυσικού τους σώματος. Σε μια «παραθανάτια εμπειρία» οι άνθρωποι, μολονότι αντιλαμβάνονται ότι είναι κλινικά νεκροί, διαπιστώνουν ότι συνεχίζουν να ζουν σε κάποια αιθερική μορφή και μπορούν και βλέπουν το σώμα τους να βρίσκεται κάτω νεκρό. Όμως, ακόμα και τότε εξακολουθούν να βλέπουν, να ακούν και να σκέφτονται. Στη συνέχεια, κάποιοι απ᾿ αυτούς μεταφέρονται σε ένα κόσμο Φωτός και Αγάπης, όπου συνειδητοποιούν ότι η ύπαρξή τους δεν είναι απλώς και μόνο ένα ανθρώπινο σώμα, αλλά ένας ανώτερος εαυτός, που πολλοί τον ονομάζουν «ψυχή».

Η γνώση του ανώτερου εαυτού

Παραδείγματα ανθρώπων που είχαν επίγνωση του ανώτερου εαυτού τους και της αληθινής τους ταυτότητας υπάρχουν εδώ και χιλιάδες χρόνια. Στην αρχαία Ινδία αναφέρεται η ιστορία της πριγκίπισσας Σαβίτρι. Μια μέρα η Σαβίτρι ζήτησε από τον πατέρα της, το βασιλιά Νιράντα, να συζητήσει μαζί του

σχετικά με τον επικείμενο γάμο της. Είχε αποφασίσει να παντρευτεί έναν άντρα που λεγόταν Σατιαβάν. Όμως ένας άγιος άνθρωπος την είχε συμβουλέψει να μην τον παντρευτεί γιατί είχε πάνω του μια κατάρα που τον καταδίκαζε να πεθάνει μέσα στον επόμενο χρόνο και έτσι η Σαβίτρι θα έμενε χήρα. Όταν η Σαβίτρι είπε στον πατέρα της για την κατάρα, εκείνος προσπάθησε να την μεταπείσει και τη συμβούλευσε να διαλέξει κάποιον άλλο για άντρα. Εκείνη όμως είχε πάρει την απόφασή της. Ο βασιλιάς αναγκάστηκε να συμφωνήσει και ο γάμος τελικά έγινε.

Η Σαβίτρι και ο Σατιαβάν ξεκίνησαν την έγγαμη τους ζωή, αλλά στο μυαλό της Σαβίτρι στριφογύριζε πάντοτε η σκέψη της επερχόμενης καταστροφής. Όταν πια είχαν απομείνει μόλις τρεις μέρες, μέχρι τη μοιραία εκείνη ώρα που ο *Γιάμα*, ο Κύριος του Θανάτου, είχε κανονιστεί να έρθει και να πάρει τον άντρα της, η Σαβίτρι έκανε ένα τάμα, γνωστό εκείνη την εποχή ως "*το τάμα με τις τρεις ολονυκτίες*". Σύμφωνα με αυτό το τάμα, ήταν υποχρεωμένη να παραμένει ξάγρυπνη, να προσεύχεται και να νηστεύει για τρεις συνεχείς μέρες και νύχτες. Αυτό το τάμα το κάνανε εκείνη την εποχή με την προσδοκία να φθάσουν σε μια κατάσταση έκστασης που η ψυχή τους θα μπορούσε να δει, να ακούσει και να επικοινωνήσει με τα Πνευματικά βασίλεια. Η Σαβίτρι παρά τις παρατηρήσεις των γονέων της που ανησυχούσαν που δεν έτρωγε τίποτα, από τη μεγάλη λαχτάρα για τον άνδρα της συνέχισε το τάμα και για τέταρτη μέρα, τη μέρα που επρόκειτο αυτός να πεθάνει.

Εκείνη λοιπόν την τέταρτη μέρα που υπολόγιζε ότι κοντά στο μεσημέρι ο άντρας της θα πέθαινε, τον ακολούθησε στο δάσος, όπου εκείνος αμέριμνος είχε πάει για να κόψει ξύλα. Κάποια στιγμή και καθώς ήταν πολύ εξαντλημένη του ζήτησε να ξαπλώσει πάνω στα χόρτα ενώ εκείνος θα δούλευε. Ο Σατιαβάν την προέτρεψε να ξαπλώσει να ξεκουραστεί, όταν ξαφνικά σταμάτησε να κόβει ξύλα και παραπονούμενος για δυνατούς πόνους στο κεφάλι, ξάπλωσε και εκείνος κοντά της, έβαλε το κεφάλι του στα πόδια της και μέσα σε λίγα λεπτά ξεψύχησε.

Την στιγμή που πέθαινε ο Σατιαβάν, η Σαβίτρι είδε τον Γιάμα, τον Κύριο του Θανάτου, να στέκεται κοντά τους. Ο Γιάμα τής χαμογέλασε ευγενικά και της είπε: «Μην ανησυχείς. Δεν έχω έρθει για σένα». Η Σαβίτρι δεν έδωσε σημασία στα λόγια του, γιατί εκείνη τη στιγμή με τη δύναμη που είχε αποκτήσει από το τάμα έβλεπε την ψυχή του Σατιαβάν να σηκώνεται και να ακολουθεί τον Γιάμα. Σηκώθηκε τότε και αυτή και άρχισε να τους ακολουθεί στο υπερπέραν. Τότε ο Γιάμα γύρισε προς το μέρος της και για να την παρηγορήσει και να την σταματήσει, της είπε να μη θρηνεί πολύ τον άντρα της γιατί «για όλους ο θάνατος είναι ο μόνος σίγουρος επισκέπτης». Η Σαβίτρι όμως δεν τα παράτησε και συνέχισε να τους ακολουθεί. Ο Γιάμα ήταν ανήσυχος, γιατί δεν είχε έρθει ακόμα η δική της ώρα για αναχώρηση και ήδη είχε ριψοκινδυνέψει πάρα πολύ με το να τον ακολουθεί στο υπερπέραν. Αναρωτιόταν μάλιστα ο Γιάμα, τι είδους δυνάμεις είχε αποκτήσει η Σαβίτρι, που της επέτρεπαν να τον βλέπει και να τον ακολουθεί. Προσπάθησε λοιπόν, ξανά να την αποτρέψει, προσφέροντάς της μερικά δώρα. «Μη με ακολουθείς» της είπε «και ζήτησε μου ό,τι θέλεις, εκτός από τη ζωή του άντρα σου. Εγώ θα σου τα δώσω με την υπόσχεση ότι μετά θα γυρίσεις στο σπίτι σου». Η Σαβίτρι συμφώνησε και του ζήτησε να ξαναβρεί το φως του ο τυφλός πατέρας του Σατιαβάν. Ο Γιάμα τής πρόσφερε αυτό το δώρο, πραγματοποιώντας την επιθυμία της και συνέχισε την πορεία του. Όμως η Σαβίτρι συνέχισε να τον ακολουθεί! Ο Γιάμα τής έδωσε μια νέα ευκαιρία για άλλη μια της επιθυμία, προκειμένου να την πείσει να επιστρέψει στο κόσμο. Η Σαβίτρι τού ζήτησε πάλι ένα άλλο δώρο για τον πατέρα του Σατιαβάν. Ο Γιάμα το εκπλήρωσε και αυτό, αλλά η Σαβίτρι αντί να φύγει, όπως είχαν συμφωνήσει, συνέχισε να τον ακολουθεί.

Ο Κύριος του Θανάτου άρχισε να προσφέρει στη Σαβίτρι το ένα δώρο μετά το άλλο κι αυτή συνέχιζε να ζητάει χάρες για την οικογένεια του άντρα της. Δεν έλεγε όμως να απομακρυνθεί από εκείνον. Ο Γιάμα τελικά της είπε: «Ζητάς δώρα για τους άλλους. Αυτή τη φορά ζήτα κάτι για σένα. Μπορείς να ζητή-

σεις οτιδήποτε, εκτός από τη ζωή του άντρα σου». Εκείνη του είπε: «Παραχώρησέ μου το προνόμιο να μπορώ να αποκτήσω πολλούς γιους και να δω τα παιδιά τους πριν πεθάνω». Ο Γιάμα χαρούμενος της είπε: «Καλή ευχή. Μπορείς να το έχεις και αυτό. Τώρα όμως πήγαινε». Αλλά η Σαβίτρι εξακολουθούσε να μη φεύγει. Ο Γιάμα τη ρώτησε με απορία: «Δεν εκπλήρωσα την παράκλησή σου;» Η Σαβίτρι τότε χαμογέλασε και του απάντησε: «Σύμφωνα με τις Γραφές μια χήρα δεν ξαναπαντρεύεται». Ο Γιάμα μπερδεύτηκε γιατί αυτός ως Κύριος του Θανάτου δεν μπορούσε να επιτρέψει στον Σατιαβάν να παραμείνει στη γη, αλλά καθώς ήταν και Κύριος της Αλήθειας δεν μπορούσε να επιτρέψει την ατίμωση της Σαβίτρι, αφού μόνον ο σύζυγός της θα μπορούσε να εκπληρώσει την επιθυμία της να αποκτήσει παιδιά. Έτσι, ο Γιάμα άφησε ελεύθερο το Σατιαβάν και του επέτρεψε να επιστρέψει στη ζωή.

Στις παραδόσεις των Εβραίων, των Χριστιανών και των Μουσουλμάνων υπάρχει η πίστη για την ύπαρξη επουράνιων Περιοχών που πάνε οι ψυχές μετά απ᾽ αυτήν τη ζωή. Στη θρησκεία των Σιχ, οι Γκουρού των Σιχ αναφέρονται σε ανώτερες Πνευματικές περιοχές που υπάρχουν πέρα απ᾽ αυτόν τον κόσμο. Ο Σοαμίτζι Μαχαράτζ της Ινδίας και άλλοι Διδάσκαλοι του *Σαντ Ματ* έχουν περιγράψει μια σειρά από Εσωτερικές περιοχές στις οποίες έχουν ταξιδέψει. Στις μέρες μας, αμέτρητες παραθανάτιες εμπειρίες επιβεβαιώνουν την ύπαρξη κόσμων στο υπερπέραν και τα άτομα που τις βιώνουν, περιγράφουν περιοχές όπου μπορούμε να ταξιδέψουμε χωρίς το φυσικό μας σώμα με κάποια αιθερική μορφή, που από κάποιους ονομάζεται «ανώτερος εαυτός» ή ψυχή.

Πολλοί νομίζουμε επίσης ότι οι άνθρωποι είμαστε ένα σώμα με νου. Σήμερα όμως έχουν καταγραφεί από γιατρούς χιλιάδες περιπτώσεις ανθρώπων που βίωσαν κάποια παραθανάτια εμπειρία και έβλεπαν να είναι αποχωρισμένοι από το σώμα τους και επομένως από τον εγκέφαλο τους, που πολλοί πιστεύουν ότι είναι ταυτόσημος με το νου.

Πολλοί άγιοι και μύστες έχουν περιγράψει βιωματικές

Εσωτερικές τους εμπειρίες και λένε ότι με το διαλογισμό τους, ανυψώθηκαν σε επίπεδα ύπαρξης πολύ πέρα από το νου και τη διάνοια, σε μια κατάσταση που βίωναν την εμπειρία του αγνού πνεύματος και της ψυχής, σε μια κατάσταση που γνώριζαν κάθετι που μπορεί να γίνει γνωστό, πέρα από τα όρια του νου και των αισθήσεών. Η διαφορά της αντίληψης του αναζητητή από αυτές τις εμπειρίες είναι ίδια με τη διαφορά του ονείρου όταν κοιμόμαστε, από την πραγματικότητα που βιώνουμε όταν είμαστε ξύπνιοι. Μόλις ξυπνήσουμε από το όνειρο του κόσμου, ανακαλύπτουμε τι θα πει αληθινή αφύπνιση. Συνειδητοποιούμε ότι ο κόσμος που πιστεύαμε ότι είναι πραγματικός δεν είναι παρά ένα όνειρο.

Πώς μπορούμε να ανακαλύψουμε τον ανώτερό μας εαυτό

Για να ανακαλύψουμε τον αληθινό εαυτό μας, τη Θεία μας φύση, χρειάζεται να κοιτάξουμε πέρα από την ψευδαίσθηση του υλικού κόσμου, στο υπερπέραν. Για να αντιληφθούμε όμως τις πραγματικότητες του υπερπέραν επειδή αυτό δεν μπορεί να γίνει με τα πέντε αισθητήρια όργανα του Υλικού μας σώματος αλλά με την ψυχή, πρέπει να διαχωρίσουμε το Υλικό μας σώμα από την ψυχή. Οι μύστες και οι άγιοι μάς έχουν αποκαλύψει ότι ο τρόπος με τον οποίο μπορούμε να πετύχουμε αυτό το διαχωρισμό είναι ο διαλογισμός. Ο διαλογισμός απαιτεί τη συγκέντρωση της προσοχής στον Τρίτο ή Μοναδικό Οφθαλμό, που βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια. Με αυτή τη συγκέντρωση αποσύρεται και διαχωρίζεται η ψυχή από το Υλικό σώμα και συγκεντρώνεται στην έδρα της μέσα στο σώμα, που είναι ο Τρίτος Οφθαλμός. Στο σημείο αυτό η ψυχή ενώνεται με το Εσωτερικό Φως και την Ουράνια Μουσική ή Μουσική των Σφαιρών, δύο εκδηλώσεις που είναι γνωστές με ένα κοινό όνομα: "*Νάαμ* ή *Λόγος*".

Στις διάφορες θρησκείες βρίσκουμε πολλές αναφορές σ'

αυτή την Αρχή του Φωτός και του Ήχου. Η ψυχή, όταν συγχωνευτεί με αυτό το Νάαμ ή Λόγο ταξιδεύει πίσω στη Πηγή της. Διέρχεται Εσωτερικά μέσα από το Αστρικό, το Αιτιατό και το Υπεραιτιατό Επίπεδο, μέχρι που τελικά καταλήγει στο «Βασίλειο του Πατρός», ένα Πνευματικό επίπεδο καθαρού πνεύματος που ονομάζεται στα Σανσκριτικά «*Σατς Καντ*».

Μόλις υψωθούμε πάνω απ᾽ αυτόν τον κόσμο, μόλις δηλαδή γίνει ο διαχωρισμός της ψυχής από το Υλικό σώμα, θα αντιληφθούμε ότι ο κόσμος αυτός δεν είναι τίποτα άλλο παρά μια μικρή κουκίδα μέσα σε ολόκληρο το σύμπαν. Η κατάσταση του ανθρώπου θυμίζει την ιστορία ενός βάτραχου που ζούσε σ᾽ ένα πηγάδι. Ο βάτραχος νόμιζε ότι το πηγάδι ήταν ολόκληρος ο κόσμος, μέχρι που ένας άλλος βάτραχος πήδηξε έξω από το πηγάδι. Ο δεύτερος βάτραχος προσπάθησε να περιγράψει την απεραντοσύνη του κόσμου κι έμεινε έκπληκτος όταν διαπίστωσε ότι ο βάτραχος στο πηγάδι ήταν πεπεισμένος ότι όλα όσα του έλεγε, τα θεωρούσε αποκυήματα της φαντασίας του. Αν το καλοσκεφτούμε, κι εμείς είμαστε σαν το βάτραχο μέσα στο πηγάδι, όντας απόλυτα πεπεισμένοι πως όλα όσα υπάρχουν περιορίζονται μέσα σ᾽ αυτόν τον κόσμο και στους γαλαξίες που μπορούμε να δούμε με τα τηλεσκόπιά μας. Εντούτοις, υπάρχουν αναρίθμητες περιοχές Φωτός και ανώτερης συνειδητότητας πέρα από αυτό τον κόσμο. Όταν Εσωστραφούμε με το διαλογισμό, βλέπουμε σταδιακά περιοχές ολοένα αυξανόμενου Φωτός και ομορφιάς. Περνάμε μέσα από Πνευματικές περιοχές γεμάτες Φως, Αγάπη και συνειδητότητα. Συνειδητοποιούμε τότε τα λόγια των αγίων που λένε ότι ο αληθινός σκοπός της ανθρώπινης ζωής, είναι το να αντιληφθούμε την αληθινή μας ταυτότητα ως ψυχές και να πραγματοποιήσουμε την ένωσή μας με το Θεό. Τότε θα ανακαλύψουμε ότι εκείνο που ζητάει η ψυχή μας είναι η ίδια η Αγάπη, γιατί ο Θεός είναι Αγάπη και η ψυχή, που είναι ομοούσια με το Θεό, είναι κι αυτή Αγάπη αλλά και ο δρόμος που οδηγεί πίσω στο Θεό είναι επίσης η Αγάπη.

Πώς αποτυπώνεται στη ζωή η γνώση του ανώτερου εαυτού

Τι ακριβώς όμως είναι ο ανώτερος εαυτός; Ο ανώτερος εαυτός είναι μια σταγόνα Φωτός, Αγάπης και συνειδητότητας. Έχει τους δικούς του νόμους με τους οποίους ζει κι αυτοί είναι οι νόμοι του Θεού. Τα συνακόλουθα της Αγάπης είναι οι ηθικές αρετές, που αναφέρονται σε όλες τις θρησκείες. Αυτές οι θείες αρετές είναι η αποφυγή βίας, η φιλαλήθεια, η ταπεινότητα, η αγνότητα και η ανιδιοτελής προσφορά. Κάθε φορά που εκδηλώνουμε αυτά τα γνωρίσματα, είναι ο "ανώτερος εαυτός" που ενεργεί. Τις στιγμές που εκφραζόμαστε με καλοσύνη στη ζωή μας, είναι ο ανώτερος εαυτός που τις φωτίζει. Μερικές φορές συγκινούμαστε από πράξεις καλοσύνης και αυτοθυσίας είτε συμμετέχουμε εμείς οι ίδιοι είτε ακούμε άλλους να τις κάνουν. Η συγκίνηση που νιώθουμε σε τέτοιες στιγμές είναι στην πραγματικότητα η συγκίνηση που νιώθει ο ανώτερος εαυτός μας, γιατί τότε ενεργούμε σύμφωνα με τους νόμους της Αγάπης. Όταν φροντίζουμε τους αρρώστους, όταν βοηθάμε τους φτωχούς και τους άστεγους και ταΐζουμε τους πεινασμένους, είμαστε σε αρμονία με τον ανώτερο εαυτό μας. Στο τέλος της ζωής μας, όταν κληθούμε να δώσουμε λόγο για τις πράξεις μας, για όλες τις πράξεις καλοσύνης θα αμειφθούμε. Η ανταμοιβή μας θα είναι να απολαύσουμε εμείς οι ίδιοι αυτήν την Αγάπη σε αφθονία. Αν δεν ενεργούμε σύμφωνα με τους νόμους της Αγάπης αλλά είμαστε εμποτισμένοι με θυμό, απληστία, λαγνεία, προσκόλληση και εγωισμό, τότε θα υποφέρουμε ανάλογα με την ποιότητα αυτών των ενεργειών. Αν επιθυμούμε να λάβουμε καλό, οφείλουμε να ενεργούμε με καλοσύνη και για να το πετύχουμε χρειάζεται να ενεργούμε σε συμφωνία με τον ανώτερο εαυτό μας. Κάθε σκέψη, λόγος και πράξη θα πρέπει να είναι διαποτισμένη με Αγάπη για όλους και με διάθεση προσφοράς σε όλους. Όταν ενεργούμε από καρδιάς, είναι ο ανώτερος εαυτός μας που εκφράζει την Αγάπη του Θεού.

Πολλοί άνθρωποι βοηθούν στο να γίνει ο κόσμος καλύτερος. Όταν εμείς φθάσουμε στην Αυτογνωσία και στη συνέχεια στην πραγμάτωση του Θεού, δε θα βελτιώνουμε αυτόν τον κόσμο μόνο στο φυσικό επίπεδο και δε θα συνδράμουμε τους ανθρώπους μόνο διανοητικά αλλά θα τους βοηθάμε για να αποκτήσουν την ίδια γνώση που κι εμείς κερδίσαμε. Όταν φτάσουμε στο σημείο να μοιραζόμαστε τη θεία Γνώση που έχουμε αποκτήσει, τότε θα λειτουργούμε ως ένας οδηγός στο να βρουν και άλλοι άνθρωποι τη μέθοδο για να υψωθούν πάνω από τα βάσανα αυτού του κόσμου και να βιώσουν την αληθινή πραγματικότητα. Θα βοηθήσουμε έτσι και τους συνανθρώπους μας να συνειδητοποιήσουν ότι η μόνη πραγματικότητα είναι η θεία Αγάπη. Καθώς θα είμαστε βυθισμένοι και εμείς στον Ωκεανό αυτής της Αγάπης, θα την ακτινοβολούμε παντού. Αν ο καθένας σ᾽ αυτόν τον πλανήτη έφθανε στην πραγμάτωση του Θεού, θα γινόταν χορηγός της Αγάπης και η ειρήνη θα επικρατούσε στο κόσμο.

Ας προσφέρουμε λοιπόν αληθινή υπηρεσία στο κόσμο, ανακαλύπτοντας το Θεό και τον ανώτερο εαυτό μας για μας τους ίδιους κι ας μοιραστούμε αυτήν την αποκάλυψη με όλους τους άλλους. Αν αληθινά επιθυμούμε να βοηθήσουμε τους άλλους, χρειάζεται πρώτα να βγούμε από τη φυλακή εμείς οι ίδιοι κι έπειτα να τους βοηθήσουμε να βρουν το κλειδί, για να αποδράσουν κι εκείνοι. Ας μην αφήσουμε να κυλήσει ανώφελα η ζωή μας, χωρίς να φθάσουμε τον αληθινό σκοπό της. Τώρα μας προσφέρεται η ευκαιρία να αντιληφθούμε τον αληθινό προορισμό της ανθρώπινης ζωής και να συνειδητοποιήσουμε την αληθινή πραγματικότητα. Ας αδράξουμε λοιπόν την ευκαιρία, για να κερδίσουμε το παιχνίδι της ζωής. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έχει πει με κάποιους στίχους του:

«Οι ταξιδιώτες που έρχονται μαζί μου δεν έχουν λόγο να
παραπονιούνται ότι δε βρήκαν Φως ή χνάρια από βήματα,
στο Μονοπάτι της Αγάπης».



2. Ιδιότητες της ψυχής

Σε κάποια στιγμή της ζωή μας, όλοι οι άνθρωποι αρχίζουμε να αναρωτιόμαστε ποιος είναι ο σκοπός της ύπαρξής μας. Η έρευνα για να βρούμε τις απαντήσεις είναι γνωστή ως Πνευματική αναζήτηση. Με την Πνευματική του αναζήτηση, ο καθένας μας επιδιώκει να βρει απαντήσεις στα Πνευματικά του ερωτήματα με διαφορετικό τρόπο. Κάποιοι αναζητούν τις απαντήσεις στις Ιερές Γραφές, ενώ άλλοι τις ψάχνουν σε τόπους λατρείας. Κάποιοι πηγαίνουν πέρα από τη δική τους θρησκεία, για να δουν τι λένε οι άλλες πίστεις και άλλοι ακολουθούν φωτισμένους δασκάλους. Για τον καθένα που ακολουθεί μία από αυτές τις μεθόδους, λέμε ότι, ακολουθεί κάποιο Πνευματικό Μονοπάτι. Το Πνευματικό Μονοπάτι είναι εκείνο που μας οδηγεί στην πραγμάτωση του Εσωτερικού μας εαυτού, δηλαδή της *ψυχής* μας.

Πολλοί άνθρωποι περνούν ολόκληρη τη ζωή τους χωρίς ποτέ να συνειδητοποιήσουν ποιοι είναι και ποιος είναι ο προορισμός τους. Θέτουν αυτά τα ερωτήματα περιστασιακά, κυρίως σε περιόδους βασάνων ή όταν έρχονται αντιμέτωποι με το θάνατο. Λίγοι όμως επιδιώκουν μέχρι τέλους να βρουν τις απαντήσεις που ζητούν. Όσοι όμως φλέγονται από την επιθυμία να βρουν τη λύση στο μυστήριο της ζωής, πραγματικά, στο τέλος τη βρίσκουν. Το Πνευματικό Μονοπάτι είναι με άλλα λόγια, το ταξίδι που πραγματοποιούμε για να φτάσουμε στη λύση αυτού του μυστηρίου.

Ευτυχώς για μας, στον κόσμο υπάρχουν πολλοί άνθρωποι που έχουν βρει αυτές τις απαντήσεις. Αν ανατρέξουμε στην ιστορία, θα διαπιστώσουμε ότι σε κάθε εποχή έχουν εμφανιστεί φωτισμένοι άνθρωποι που έφτασαν στην πραγμάτωση της ψυχής τους, στη Θέωση. Κάποιες απ᾽ αυτές της θεοποιημένες ψυχές έμειναν γνωστές στην ιστορία, επειδή από τα διδάγματά τους ξεπήδησε κάποια θρησκεία. Άλλες πάλι ψυχές έχουν έρθει κι έχουν φύγει, χωρίς να μείνουν στην ιστορία, γιατί δεν ίδρυσαν κάποια θρησκεία ούτε προβλήθηκαν μέσα από κάποιο

δόγμα. Κάποιους ενδέχεται να τους γνωρίζουμε από τις αφηγήσεις άλλων ανθρώπων που έγραψαν γι᾽ αυτούς, όμως ένα πράγμα είναι ξεκάθαρο, ότι οι θεοποιημένες ψυχές έχουν την ικανότητα να διδάξουν και σε άλλους ανθρώπους πώς να φτάσουν στην πραγμάτωση του ανώτερου εαυτού τους. Αν κάποτε και εμείς σταθούμε αρκετά τυχεροί και βρούμε ένα τέτοιον άνθρωπο, θα μπορέσουμε να διδαχτούμε τον τρόπο με τον οποίο κι εμείς θα μπορέσουμε να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε και τι είναι η ψυχή μας. Η αληθινή γνώση έρχεται όταν δούμε με τα ίδια μας τα μάτια. Μπορεί να διαβάσουμε τι έχουν γράψει ή να ακούσουμε τι έχουν πει άλλοι. Αν όμως δε δούμε με τα ίδια μας τα μάτια, ποτέ δεν πρέπει να δεχθούμε τίποτα ως αληθινό.

Σήμερα θα ήθελα να θίξω τους δυο τομείς της Πνευματικής γνώσης. Πρώτα πρώτα θα αναφερθώ στη θεωρητική πλευρά, που περιλαμβάνει τι έχουν πει για την ψυχή εκείνοι που έφτασαν στη Θέωση και στη συνέχεια θα περιγράψω την τεχνική που έχω μάθει από έναν τέτοιον άνθρωπο που συνάντησα στη ζωή μου ώστε ο καθένας σας να μπορέσει να δοκιμάσει τη μέθοδο, για να δει και να επαληθεύσει μόνος του τα αποτελέσματά της.

Όσο αφορά τη θεωρία, η συγκριτική μελέτη των θρησκειών αποκαλύπτει πως όλες οι πίστεις συμφωνούν ότι δεν είμαστε απλώς ένα φυσικό σώμα, αλλά μια ψυχή ή με άλλα λόγια, το πνεύμα που φιλοξενείται μέσα σε ένα σώμα. Η ψυχή είναι η πηγή της ζωής. Όταν η ψυχή είναι μέσα στο σώμα είμαστε ζωντανοί στο φυσικό επίπεδο. Όταν η ψυχή εγκαταλείψει το σώμα, την ώρα του θανάτου, το σώμα θα πάψει να υφίσταται. Το σώμα μπορεί να σαπίζει, η ψυχή όμως που φιλοξενείται σ᾽ αυτό είναι αθάνατη. Η ψυχή εξακολουθεί να υπάρχει και μετά το φυσικό μας θάνατο.

Ως άνθρωποι έχουμε επίγνωση του φυσικού μας σώματος, γιατί μπορούμε να το δούμε, να το νιώσουμε και να ακούσουμε τους ήχους που παράγει. Τι είναι όμως η ψυχή; Πώς μπορούμε να την αναγνωρίσουμε; Ποια είναι τα χαρακτηριστικά και οι ιδιότητές της; Όταν αντιληφθούμε τα χαρακτηριστικά και τις

ιδιότητες της ψυχής, τότε θα έχουμε καταλάβει ποιοι πραγματικά είμαστε. Μέσα στους αιώνες οι άγιοι και οι μύστες έχουν εξηγήσει, ο καθένας με το δικό του τρόπο, τι είναι η ψυχή.

Αφοβία

Ένα από τα χαρακτηριστικά της ψυχής, όπως περιγράφεται από τους αγίους και τους μύστες, είναι η αφοβία. Η ψυχή δε φοβάται τίποτα. Η ψυχή είναι Αλήθεια. Η ψυχή είναι απόλυτα συνειδητή. Όπου βρίσκεται η απόλυτη Αλήθεια, σημαίνει ότι εκεί δεν υπάρχει φόβος. Έτσι, δεν υπάρχει φόβος και στην ψυχή. Ο φόβος αναδύεται στον άνθρωπο εξαιτίας των αμφιβολιών, εξαιτίας της προσπάθειάς του να αποκρύψει κάποιο λάθος, εξαιτίας της αδυναμίας του και εξαιτίας της ανικανότητάς του να αντιληφθεί και να αναγνωρίσει την Αλήθεια. Η ψυχή μας, είναι μία πλήρως συνειδητή οντότητα, είναι μέρος του Θεού και γι᾽ αυτό δεν αισθάνεται κανένα φόβο.

Αν εξετάσουμε τη ζωή μας, θα ανακαλύψουμε ότι φοβόμαστε πολλά πράγματα. Όταν είμαστε μαθητές, φοβόμαστε μην αποτύχουμε στις εξετάσεις μας. Όταν είμαστε γονείς, ανησυχούμε για την υγεία των παιδιών μας ή φοβόμαστε αν θα τα μεγαλώσουμε σωστά, ώστε να γίνουν καλοί άνθρωποι. Όταν είμαστε παιδιά, φοβόμαστε και ανησυχούμε για το πόσο καιρό θα μείνουν κοντά μας οι γονείς μας για να μας αγαπούν και να μας συντηρούν. Όταν είμαστε επιχειρηματίες, ανησυχούμε μη τυχόν και οι ανταγωνιστές μας τα καταφέρουν καλύτερα από μας. Παρατηρούμε λοιπόν ότι τον καθένα μας τον φοβίζει κάτι, η μια ή η άλλη πτυχή της ζωής.

Πίσω απ᾽ όλες αυτές τις φοβίες ωστόσο υπάρχει ένας μεγαλύτερος φόβος που φωλιάζει στην καρδιά του καθενός μας. Όλοι φοβόμαστε το θάνατο. Όλοι ξέρουμε ότι θα έρθει η μέρα που θα πεθάνουμε και θεωρούμε ότι η εκμηδένιση του εαυτού μας είναι το τέλος αυτής της ίδιας μας της ύπαρξης κι αυτός ο φόβος πάντοτε μας καταθλίβει με τον έναν ή τον άλλον τρό-

πο. Οι άγιοι μας λένε ότι εκείνο που πεθαίνει είναι το φυσικό σώμα, το οποίο είναι φτιαγμένο από ύλη. Αφού λοιπόν είναι φτιαγμένο από ύλη, φθείρεται, εκφυλίζεται και τελικά καταστρέφεται. Ο αληθινός εαυτός μας όμως, που είναι το πνεύμα ή ψυχή, είναι άφθαρτος και ζει μέσα στην αιωνιότητα. Εκείνο που σ' αυτόν τον κόσμο ονομάζουμε θάνατο είναι μόνον θάνατος του φυσικού μας σώματος. Για την ψυχή είναι απλώς μία αλλαγή ενδύματος. Επομένως, το πρώτο πράγμα που πρέπει να καταλάβουμε είναι ότι η ψυχή μας είναι παντοτινή. Υπήρχε στην αρχή, υπάρχει τώρα και θα υπάρχει πάντοτε. Θα ζει παντοτινά. Δεν τίθεται λοιπόν θέμα θανάτου της ψυχής. Εκείνο που χρειάζεται να γνωρίζουμε, ξεκινώντας το Πνευματικό μας ταξίδι, είναι ότι εμείς είμαστε η ψυχή μας και η ψυχή ζει αιώνια και συνεπώς, δε θα πρέπει να φοβόμαστε καθόλου το θάνατο ούτε να φοβόμαστε οτιδήποτε άλλο στη ζωή.

Ενότητα

Η επόμενη ιδιότητα της ψυχής είναι η ενότητά της με όλη τη ζωή. Ανήκουμε στο σύμπαν και το σύμπαν ανήκει σ' εμάς. Πρέπει να ζούμε στον κόσμο σαν τα πάντα να είναι δικά μας. Αν εξετάσουμε τη ζωή των μεγάλων αγίων και μυστών, θα διαπιστώσουμε ότι έζησαν, αισθάνονταν και ενεργούσαν, σαν ο κάθε συνάνθρωπός τους να ήταν μέλος της δικιάς τους οικογένειας.

Αυτή η ιδιότητα της ψυχής είναι χαρακτηριστική. Από τη μια μεριά εμείς, η ψυχή μας δηλαδή, είμαστε μέρος όλης της ζωής και όλα είναι δικά μας και από την άλλη, δεν μπορούμε να πάρουμε τίποτα μαζί μας. Στο επίπεδο της ψυχής, όλοι είμαστε συνδεδεμένοι με όλα όσα υπάρχουν. Όμως το ανθρώπινο σώμα, είναι δημιουργημένο από ένα υλικό που φθείρεται και πεθαίνει και δεν μπορούμε να το πάρουμε μαζί μας πέρα απ' αυτόν το φυσικό κόσμο. Ζούμε απλώς ως ψυχές. Επομένως, δεν πρέπει να προσκολλόμαστε σε τίποτα που να ανήκει σ'

αυτόν τον κόσμο. Αν θέλουμε να χρησιμοποιήσουμε κάτι, μπορούμε να το κάνουμε, αλλά δε θα πρέπει να προσκολλώμαστε, γιατί μια μέρα θα κληθούμε να αποχωριστούμε ό,τι είναι υλικό.

Έτσι, σαν παιδιά του Θεού, ας αναλογιστούμε πως οτιδήποτε ανήκει στο Θεό είναι και δικό μας. Όλη η Δημιουργία του Θεού είναι δική μας. Αυτή η γη που έφτιαξε ο Πατέρας την έφτιαξε για μας. Έχουμε λοιπόν υποχρέωση να κάνουμε την καλύτερη χρήση όλων όσων ανήκουν σ' Αυτόν και που εμείς τα χρησιμοποιούμε εδώ στον κόσμο. Ακόμα θα πρέπει να μην ξεχνάμε πως οτιδήποτε μας έχει δοθεί από το Θεό είναι δώρο και πως τελικά όλα ανήκουν στο Δημιουργό. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έχει γράψει σε κάποιο ποίημά του:

«Τι σημασία έχει αν ονομάζομαι άνθρωπος,
αληθινά είμαι η ίδια η ψυχή της Αγάπης.
Ολόκληρη η γη είναι το σπίτι μου
και όλο το σύμπαν είναι η χώρα μου.»

Οι άγιοι και οι μύστες προσπαθούν να μας εξηγήσουν ότι είμαστε πνοές του Θεού, κομμάτια του Θεού, είμαστε ψυχές, είμαστε συνειδητές οντότητες.

Είμαστε γεμάτοι από την Αγάπη του Θεού. Οι διακρίσεις και οι διαχωρισμοί έχουν δημιουργηθεί μόνο στο επίπεδο της ανθρώπινης μας ύπαρξης. Επειδή έχουμε γεννηθεί σε κάποιο μέρος του κόσμου, θεωρούμε ότι είμαστε πολίτες μιας συγκεκριμένης χώρας. Ο Θεός όμως δεν έφτιαξε καμιά χώρα. Εμείς οι άνθρωποι τις φτιάξαμε. Επειδή γεννηθήκαμε σ' ένα χώρο που επικρατούσε μια συγκεκριμένη θρησκεία, λέμε ότι είμαστε Βουδιστές, Χριστιανοί ή οτιδήποτε άλλο. Αλλά και οι θρησκείες έχουν δημιουργηθεί από τους ανθρώπους. Δεν υπήρχε Βουδισμός πριν από το Βούδα, δεν υπήρχε Χριστιανισμός πριν από τον Ιησού. Οι πιστοί των μεγάλων αγίων, μυστών και προφητών είναι εκείνοι που μετέτρεψαν τα διδάγματά τους σε θρησκεία. Παρόμοια, έχοντας γεννηθεί σε μια συγκεκριμένη περιοχή ή χώρα, αρχίζουμε να ζούμε με ένα συγκεκριμένο τρό-

πο, που τον υπαγορεύουν τα τοπικά ήθη και έθιμα. Επομένως, ως άνθρωποι, έχουμε δημιουργήσει ολόγυρά μας περιορισμούς και στην πορεία έχουμε περιορίσει και τον ίδιο μας τον εαυτό μέσα σε αυτούς. Η ψυχή όμως δεν έχει όρια, είναι ένα μέρος του ίδιου του Θεού, που είναι ο Δημιουργός της.

Για να μπορέσουμε να κατανοήσουμε πραγματικά τον εαυτό μας, χρειάζεται να αντιληφθούμε ότι όλες οι διακρίσεις που έχουμε δημιουργήσει εμείς οι άνθρωποι δεν είναι τίποτα άλλο από τείχη που περιβάλλουν τον αληθινό μας εαυτό. Αυτά τα τείχη μάς κρατούν μακριά από την αλήθεια. Αυτά τα τείχη πρέπει να γκρεμιστούν, για να καταλάβουμε πραγματικά τον εαυτό μας και το ενιαίο όλης της ζωής.

Μακαριότητα

Ένα άλλο χαρακτηριστικό της ψυχής μας είναι ότι η ίδια είναι πλημμυρισμένη από μακαριότητα. Η ψυχή μας, στην αρχέγονη κατάστασή της, δεν είχε ζήλιες ούτε ένιωθε πόνο ή οδύνες. Δεν υπήρχε τίποτα που να της προκαλούσε θλίψη. Χρειάζεται επομένως να καταλάβουμε ότι στη φύση μας είναι, να βρισκόμαστε σε κατάσταση μακαριότητας.

Εμείς, σαν μέρη του Θεού, είμαστε πλημμυρισμένοι από την Αγάπη του Κυρίου. Ο Θεός είναι ένας Ωκεανός απόλυτης και απέραντης Αγάπης. Η ψυχή μας, που είναι ομοούσια με το Θεό, είναι επίσης Αγάπη και οι μεγάλοι μύστες και άγιοι μάς λένε ότι και ο δρόμος της επιστροφής μας στο Θεό, είναι επίσης μέσα από την Αγάπη. Αφού λοιπόν είμαστε πλημμυρισμένοι από την Αγάπη του Θεού, στην αρχέγονη κατάστασή της η ψυχή είναι τελείως απαλλαγμένη από κάθε λύπη και βρίσκεται πάντοτε σε κατάσταση έκστασης. Είναι πάντοτε μακάρια και τρισευτυχισμένη. Είναι εντελώς απαλλαγμένη από μίσος, ζήλια ή άλλου είδους αρνητικά συναισθήματα.

Μας είναι δύσκολο να αντιληφθούμε αυτήν την κατάσταση μακαριότητας της ψυχής, γιατί εμείς οι άνθρωποι νιώθουμε

αιχμάλωτοι της θλίψης, του πόνου, του μίσους, της ζήλιας και των μικροδιαφορών. Αν ανατρέξουμε στη μέχρι τώρα ζωή μας, εκείνο που θα διαπιστώσουμε είναι ότι βιώνουμε περισσότερες στιγμές πόνου και θλίψης παρά ευτυχίας. Προκύπτει λοιπόν το ερώτημα: «Αν η ψυχή μας είναι μακάρια, τότε γιατί είμαστε βυθισμένοι στον πόνο και στη θλίψη;» Ο Γκουρού Νάνακ μιλώντας για την κατάσταση των ανθρώπων είχε πει μέσα σε κάτι στίχους του:

«Ω Νάνακ, ολόκληρος ο κόσμος είναι βυθισμένος στη θλίψη»

Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ σχολιάζοντας αυτή την πραγματικότητα έλεγε ότι ευτυχισμένοι είναι μόνον όσοι έχουν συνδεθεί με το Νάαμ ή Λόγο δηλαδή με το Φως του Θεού και με την Ουράνια Μουσική των Σφαιρών. Όμως, με δεδομένο ότι η ζωή μας έχει απομακρυνθεί τόσο πολύ απ᾽ αυτό το θείο νέκταρ του Φωτός και του Ήχου που αναβλύζει από τον Δημιουργό, δεν έχουμε επίγνωση της αληθινής κατάστασης της ψυχής μας που είναι η μακαριότητα.

Ο λόγος που νιώθουμε πόνο και θλίψη οφείλεται στο γεγονός ότι ζούμε στο επίπεδο των αισθήσεων. Ζούμε σε μια κατάσταση ονείρου. Όλα σ᾽ αυτόν τον κόσμο μοιάζουν να είναι αληθινά κι είναι αλήθεια ότι, μέχρι να ξυπνήσουμε απ᾽ αυτό το όνειρο, η φυσική μας ύπαρξη φαντάζει στα μάτια μας πολύ αληθινή. Έχουμε παγιδευτεί εντελώς σ᾽ αυτήν την πλάνη. Οι μεγάλοι άγιοι έχουν επισημάνει ότι είμαστε σαν την «Ωραία Κοιμωμένη» που κάποια στιγμή θα μας ξυπνήσει από το λήθαργό μας το φιλί του όμορφου πριγκιπόπουλου. Το πριγκιπόπουλο είναι ο Τέλειος Διδάσκαλος που είναι ο μόνος ικανός να μας αφυπνίσει, να μας συνδέσει με το Θείο και να μας οδηγήσει στον πραγματικό κόσμο, εκεί που θα αντιληφθούμε την αληθινή μας ταυτότητα, ότι πραγματικά είμαστε Φως, πνεύμα, ψυχή.

Όμως για να ανακαλύψουμε αυτή την αληθινή και μακάρια κατάσταση της ύπαρξής μας, που είναι η αληθινή πραγματικό-

τητά μας, πρέπει να υπερβούμε τη συνειδητότητα του φυσικού μας σώματος. Όσο καιρό ζούμε στο επίπεδο των αισθήσεών μας, όσο καιρό ζούμε στο επίπεδο των σωματικών και νοητικών μας λειτουργιών, θα ζούμε πάντα σε έναν κόσμο ψευδαισθήσεων. Για να αναγνωρίσουμε την πραγματική μας φύση, χρειάζεται να πάρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο, από τον κόσμο της ψευδαίσθησης, από τον κόσμο της maya και να την εστιάσουμε μέσα μας. Το θησαυροφυλάκιο της θειότητας είναι μέσα στον καθένα μας. Το μόνο που χρειάζεται να κάνουμε είναι με το διαλογισμό να εσωστραφούμε, να μπούμε δηλαδή μέσα μας. Όταν εστιάσουμε την προσοχή μας στην "Εδρα της Ψυχής" μέσα στο σώμα μας που είναι ο Τρίτος ή Απλός Οφθαλμός, θα μπορέσουμε να βιώσουμε την εμπειρία του αληθινού μας εαυτού, που είναι Θείο Φως, αληθινή και αγνή συνειδητότητα, μια δεξαμενή μακαριότητας, χαράς, Αγάπης και ευδαιμονίας.

Απεραντοσύνη

Άλλο ένα χαρακτηριστικό της ψυχής είναι ότι βρίσκεται πέρα από το χώρο και το χρόνο. Δεν περιορίζεται από το χώρο και το χρόνο. Ό,τι βλέπουμε σ' αυτόν τον κόσμο βασίζεται στο χρόνο. Το κτίριο όπου βρισκόμαστε έχει περιορισμένο χρόνο ζωής. Τα φυτά που μεγαλώνουν εδώ, έχουν περιορισμένο χρόνο ζωής. Ό,τι έχουν δημιουργήσει τα ανθρώπινα χέρια έχει περιορισμένη διάρκεια ζωής. Ζούμε λοιπόν στον κόσμο του χρόνου. Υπάρχει καθορισμένος χρόνος και διάρκεια ζωής για τα υλικά αντικείμενα. Όλοι έχουμε συνηθίσει το χρόνο. Τον βιώνουμε σε καθημερινή βάση. Η ψυχή όμως είναι πέρα από το χρόνο. Είναι επίσης πέρα και από το χώρο. Τα πάντα σ' αυτόν το φυσικό κόσμο βασίζονται στο χώρο και στο χρόνο. Αυτός είναι εξάλλου και ο τρόπος που περιγράφουμε τα πάντα εδώ. Η ψυχή μας όμως δεν είναι αυτού του κόσμου. Η ψυχή μας ανήκει στο Θεό. Είναι πέρα απ' όσα συναντάμε σ' αυτόν τον

κόσμο. Επομένως, η ύπαρξή της υπερβαίνει το χρόνο. Για να το αντιληφθούμε, χρειάζεται να υψωθούμε πάνω από το χώρο και το χρόνο. Αυτό είναι κάτι που μπορούμε να το πετύχουμε μπαίνοντας μέσα μας με το διαλογισμό. Γι᾽ αυτό το λόγο οι μεγάλοι άγιοι έχουν πει ότι «*μια στιγμή μακαριότητας διαρκεί όσο η αιωνιότητα*». Αυτό είναι δύσκολο να το αντιληφθούμε, αφού χρειάζεται να φτάσουμε σε μια τέτοια κατάσταση αντίληψης της μακαριότητας, της ευτυχίας και της χαράς, που βρίσκεται πολύ πέρα από οτιδήποτε μπορεί να χρονομετρηθεί ή να οριοθετηθεί στο χώρο.

Ό,τι βασίζεται στο χρόνο είναι πεπερασμένο, γιατί ο χρόνος έχει όρια. Μπορεί τα όρια να είναι δευτερόλεπτα, λεπτά, ώρες, μέρες, μήνες, χρόνια, αιώνες, και χιλιετίες, ωστόσο ο χρόνος εξακολουθεί να έχει όρια και να οριοθετεί τα γεγονότα. Οτιδήποτε βασίζεται στο χρόνο οπωσδήποτε θα φθαρεί ή θα καταστραφεί μόλις τελειώσει ο χρόνος ζωής του. Βλέπουμε τη ζωή κάποιων εντόμων να έχει διάρκεια μόλις λίγα λεπτά της ώρας ενώ σε άλλες μορφές ζωής όπως τα δέντρα, να κρατάει εκατοντάδες χρόνια. Ωστόσο, η ύπαρξη όλων των μορφών της ζωής οριοθετείται σε μια ορισμένη χρονική περίοδο.

Οτιδήποτε είναι φτιαγμένο από ύλη περιορίζεται στο χώρο και δεν μπορεί να επεκταθεί πέρα απ᾽ αυτόν. Η ψυχή μας όμως ζει πέρα από το χώρο και το χρόνο. Αυτός είναι ο λόγος που καθώς μπαίνουμε μέσα μας και αναγνωρίζουμε ότι ο εαυτός μας στην πραγματικότητα είναι μια ψυχή, είμαστε σε θέση να συνειδητοποιήσουμε ότι η ψυχή αυτή είναι αιώνια, είναι παντού και πάντοτε παρούσα και δεν την περιορίζει ο χρόνος και ο χώρος. Όσοι από σας έχετε διαβάσει τα γραπτά ανθρώπων που βίωσαν κάποια παραθανάτια εμπειρία, θα ανακαλύψατε ότι όσο διαρκούσε αυτή η εμπειρία είχαν την ικανότητα να περνούν μέσα από τοίχους και να ταξιδεύουν αστραπιαία εκατοντάδες χιλιόμετρα μακριά, γιατί η ψυχή όπως αναφέραμε δεν περιορίζεται από το χώρο και το χρόνο. Μπορεί να βρεθεί ακαριαία παντού. Όμως για να αντιληφθούμε αυτήν την αλήθεια, είναι απαραίτητο με το διαλογισμό να «μπούμε μέσα μας».

Αθανασία

Ένα άλλο χαρακτηριστικό της ψυχής είναι η αιώνα φύση της. Ποτέ δεν μπορεί να καταστραφεί. Υπάρχει παντοτινά, αφού δε γεννήθηκε από κάτι άλλο. Όλες οι μορφές ζωής γεννήθηκαν από κάποιους γονείς. Το σώμα μας έρχεται σ' αυτόν τον κόσμο με τη συμμετοχή των γονιών μας. Αυτό συμβαίνει με όλες τις μορφές ζωής. Το πνεύμα όμως δεν προέρχεται από καμιά μορφή ζωής. Δεν προέρχεται από κάποιους γονείς. Είναι μέρος του Θεού. Οτιδήποτε προέρχεται από κάποια μορφή ζωής έχει τη δικιά του περιορισμένη ύπαρξη και μια μέρα θα φθαρεί και θα πεθάνει.

Οι Γραφές της Ανατολής αναφέρουν ότι υπάρχουν μέσα στον κόσμο 8,4 εκατομμύρια είδη ζωής. Όλα αυτά τα είδη έρχονται στον κόσμο από γονείς. Η ψυχή όμως, μολονότι φιλοξενείται μέσα σ' αυτά τα είδη, δεν έχει γεννηθεί απ' αυτά. Είναι επομένως μια μόνιμη και διαρκής πραγματικότητα. Δεν προέρχεται από κανέναν τόπο ούτε πάει πουθενά. Ήταν, είναι και θα είναι πάντοτε παρούσα. Εμείς ως ψυχές, είμαστε αναλλοίωτοι, ακέραιοι και σταθεροί. Δεν ισχύει αυτό που συμβαίνει με το φυσικό μας σώμα, το οποίο γεννιέται, γίνεται παιδί, εξελίσσεται σε νέο γεμάτο ζωντάνια και σφρίγος και στη συνέχεια, καθώς τα χρόνια περνούν, αρχίζει να εξασθενεί. Η ψυχή μας είναι πλήρης. Είναι πάντοτε πανίσχυρη. Είναι πάντοτε γεμάτη σφρίγος. Είναι πάντοτε γεμάτη πάθος. Είναι πάντοτε γεμάτη Αγάπη. Γι' αυτήν, δεν υπάρχει γέννηση ούτε γηρατειά ούτε θάνατος. Είναι παντοτινά παρούσα. Υπήρχε στην αρχή, υπάρχει σήμερα και πάντοτε θα υπάρχει. Χρειάζεται επομένως να κατανοήσουμε την ακεραιότητα και το αμετάβλητο της ψυχής μας. Δεν είμαστε σε μια καμπή που ανεβαίνει ή κατεβαίνει. Πάντοτε είμαστε στην κορυφή και πάντοτε θα είμαστε εκεί. Είναι απαραίτητο να συνειδητοποιήσουμε τη δύναμη του Θεού, που υπάρχει μέσα μας. Δυστυχώς όμως δεν το αντιλαμβανόμαστε κι αυτή είναι η αιτία της δυστυχίας μας.

Δύναμη

Άλλο ένα χαρακτηριστικό της ψυχής είναι ότι από μόνη της είναι παντοδύναμη. Δε έχει ανάγκη να αντλήσει δύναμη από τίποτε άλλο. Στο φυσικό κόσμο, αντιλαμβανόμαστε ότι εργαζόμαστε επειδή η ψυχή δίνει ενέργεια και δύναμη στο σώμα. Όσο καιρό η ψυχή βρίσκεται στο σώμα είμαστε ζωντανοί. Μπορούμε να δούμε, να ακούσουμε, να μιλήσουμε, να περπατήσουμε, να μυρίσουμε, να γευτούμε και να αγγίξουμε. Εντούτοις, μόλις η ψυχή εγκαταλείψει το σώμα, αυτό αχρηστεύεται. Δεν μπορεί ούτε να δει ούτε να μιλήσει ούτε να περπατήσει ούτε να ακούσει. Έχουμε ανάγκη την ενέργεια της ψυχής για να ζούμε και να ενεργούμε, ενώ η ίδια η ψυχή είναι παντοδύναμη, γιατί είναι αγνή Θεϊκή ενέργεια.

Ας πάρουμε για παράδειγμα μια λάμπα. Η λάμπα φωτίζει επειδή περνάει από μέσα της ηλεκτρικό ρεύμα. Το ρεύμα παράγεται από μια γεννήτρια. Η ηλεκτρική ενέργεια δημιουργείται από ένα σταθμό παραγωγής. Ο σταθμός μπορεί να παράγει ηλεκτρισμό χρησιμοποιώντας τις υδατοπτώσεις ή την πυρηνική ενέργεια. Εξαρτιέται επομένως από κάτι άλλο. Η ψυχή όμως δεν εξαρτιέται από τίποτα. Είναι απόλυτα συνειδητή. Η δύναμη και η ενέργεια ενυπάρχουν στη φύση της. ***Η ψυχή μας έχει την ενέργεια δεκαέξι εξωτερικών ήλιων.*** Μπορείτε να φανταστείτε ότι μόνον ένας ήλιος δίνει ζωή σ᾽ ολόκληρο τον κόσμο που ζούμε. Όλο το φως, όλη η ενέργεια, όλη η ζέστη στο πλανητικό μας σύστημα προέρχεται από τον ήλιο. Η ψυχή όμως έχει την ενέργεια δεκαέξι εξωτερικών ήλιων. Είναι επομένως πανίσχυρη. Εμείς όμως ζούμε σαν να είμαστε αδύναμα πλάσματα. Ανησυχούμε όταν κάτι πάει στραβά. Ανησυχούμε όταν κάτι δεν εξελίσσεται όπως επιθυμούμε. Ανησυχούμε όταν τα πράγματα δεν έρχονται όπως τα θέλουμε. Ανησυχούμε όταν οι δουλειές μας δεν πάνε καλά. Ανησυχούμε όταν δεν τα καταφέρνουν τα παιδιά μας. Ανησυχούμε όταν οι γονείς μας αρρωσταίνουν και γερνάνε. Κι όμως, από μόνοι μας είμαστε παντοδύναμοι! Αν μόνον εσωστρεφόμασταν και αντιλαμβα-

νόμασταν την ύπαρξη αυτής της δύναμης, θα ζούσαμε χωρίς φόβο κι έτσι πρέπει να πορευόμαστε στη ζωή. Θα πρέπει να αντιληφθούμε ότι είμαστε μέρος του Θεού, ότι είμαστε παιδιά του Πατέρα και θα πρέπει να αισθανόμαστε σαν βασίλισσες και βασιλιάδες και όχι σαν ζητιάνοι, γιατί ο ίδιος ο Θεός μάς δίνει ζωή και η ψυχή μας είναι μέρος Του. Είναι λοιπόν αναγκαίο να αντιληφθούμε αυτήν την αλήθεια.

Διαλογισμός: Η μέθοδος που μας οδηγεί στην Αυτογνωσία

Οι μεγάλοι άγιοι λένε ότι θα πρέπει να αντιληφθούμε τον αληθινό μας εαυτό, θα πρέπει να γνωρίσουμε ποιοι είμαστε πραγματικά. Δε θα πρέπει να ζούμε μέσα στην πλάνη. Πρέπει να συνειδητοποιήσουμε την αλήθεια, ότι είμαστε ψυχές. Αυτό μπορούμε να το πετύχουμε μόνον όταν μπούμε μέσα μας, με το διαλογισμό. Όταν διαλογιζόμαστε, παίρνουμε την προσοχή μας και την εστιάζουμε στην "Εδρα της Ψυχής", και τότε είμαστε σε θέση να πραγματοποιήσουμε το Πνευματικό μας ταξίδι, που είναι ένα ταξίδι πέρα απ᾽ αυτόν το φυσικό κόσμο, είναι ένα ταξίδι στις Πνευματικές περιοχές. Είναι ένα ταξίδι που πραγματικά μας επιτρέπει να φτάσουμε σε επίπεδα μακαριότητας, χαράς, ευτυχίας, γαλήνης και Αγάπης που δε γνωρίσαμε ποτέ πριν. Αυτός είναι ο πραγματικός σκοπός της προόδου στο Πνευματικό Μονοπάτι.

Η διαδικασία του διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως του Θεού είναι απλή. Μπορούμε να καθίσουμε σε οποιαδήποτε στάση επιθυμούμε. Μπορούμε να κάνουμε διαλογισμό καθισμένοι στο πάτωμα, όρθιοι ή ακόμα και ξαπλωμένοι. Ο σκοπός δεν είναι να σταθούμε σε κάποια "*ασάνα*", να καθίσουμε δηλαδή σε κάποια συγκεκριμένη στάση. Ο σκοπός είναι να καταφέρουμε να ακινητοποιήσουμε το νου μας, στη Έδρα της ψυχής που είναι ο Τρίτος Οφθαλμός και για το σκοπό αυτό δεν απαιτείται να κρατάμε σε καμιά ειδική στάση το σώμα μας.

Στη διάρκεια της ημέρας το σώμα μας λειτουργεί κανονικά. Αναπνέουμε, το αίμα κυκλοφορεί και το πεπτικό μας σύστημα λειτουργεί αυτόνομα. Το ίδιο και όταν διαλογιζόμαστε, οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας μάς λένε πως θα πρέπει να αφήνουμε το σώμα μας να λειτουργεί χωρίς να επεμβαίνουμε στις λειτουργίες του. Δεν χρειάζεται να επεμβαίνουμε στο τρόπο αναπνοής μας, να επιβραδύνουμε ή να επιταχύνουμε τους χτύπους της καρδιάς μας ή να προσπαθούμε να ελέγξουμε το πεπτικό μας σύστημα ή όποιο άλλο σύστημα του φυσικού μας σώματος μάς κρατάει στη ζωή. Οι Διδάσκαλοι μας λένε ακόμα ότι μπορούμε να διαλέξουμε στο διαλογισμό, οποιαδήποτε στάση του σώματος επιθυμούμε. Μπορούμε να καθήσουμε σε καρέκλα, μπορούμε να καθίσουμε στο πάτωμα, μπορούμε να καθίουμε στον καναπέ, μπορούμε να ξαπλώσουμε ή μπορούμε ακόμα και να στεκόμαστε όρθιοι. Ο στόχος είναι να διαλέξουμε μια στάση στην οποία να μπορούμε να παραμένουμε ακίνητοι για ώρα, γιατί κάθε κίνηση του σώματός μας απόσπάει τη συγκέντρωση της προσοχή μας από τον Τρίτο Οφθαλμό. Καθετί που μας ενοχλεί αποσύρει τη συγκέντρωση της προσοχής από το Φως του Θεού.

Στο διαλογισμό, όταν κλείνουμε τα μάτια μας, είναι αναγκαίο να θυμόμαστε ότι οι βολβοί των ματιών πρέπει να είναι σε οριζόντια θέση και να μη βάζουμε καμιά πίεση στο πρόσωπο ή στο μέτωπό μας. Η τεχνική του διαλογισμού είναι μια τεχνική χαλάρωσης και επομένως δε θα πρέπει να υπάρχει καμιά πίεση ή ένταση στο σώμα.

Καθώς κλείνουμε τα μάτια, αρχίζουμε να θυμόμαστε το Θεό νοερά, επαναλαμβάνοντας το Όνομα Του και έτσι να διατηρούμε το νου μας απασχολημένο, ώστε να μη γεννά σκέψεις. Αυτό οι Διδάσκαλοι το ονομάζουν «σιμράν». Αν κλείσουμε τα μάτια και μας έρθει κάποια σκέψη, αυτή θα αποσπάσει την προσήλωσή μας. Η προσοχή μας θα ακολουθήσει αυτή τη σκέψη και δε θα μπορέσει να παραμείνει συγκεντρωμένη. Όταν όμως ο νους μας είναι απασχολημένος με την επανάληψη των Ονομάτων του Θεού, ακινητοποιείται κατά κάποιο

τρόπο και μπορούμε να αυτοσυγκεντρωθούμε και να είμαστε σε θέση να εστιάζουμε την προσοχή μπροστά μας, χωρίς να αποσπόμαστε.

Καθώς λοιπόν η προσοχή μας εστιάζεται όλο και πιο πολύ, αρχίζουμε να βλέπουμε αναλαμπές φωτός με διάφορα χρώματα και στη συνέχεια, με μεγαλύτερη αυτοσυγκέντρωσή, βλέπουμε τα φώτα αυτά να σταθεροποιούνται και κατόπιν να τα υπερβαίνουμε. Με αυτόν τον τρόπο μπορούμε να υψωθούμε πάνω από την σωματική συνειδητότητα και να ταξιδέψουμε στις Εσωτερικές περιοχές.

Αρχικά διασχίζουμε μια ενδιάμεση περιοχή, όπου βλέπουμε Εσωτερικά άστρα, το φεγγάρι και τον ήλιο. Στη συνέχεια μπαίνουμε στο φωτεινό κόσμο του Αστρικού Επιπέδου, όπου ανακαλύπτουμε ότι έχουμε αφήσει πίσω μας το φυσικό μας σώμα και ταξιδεύουμε με το Αστρικό μας σώμα, το οποίο είναι καμωμένο από τα ίδια υλικά που αποτελούν το Αστρικό Επίπεδο. Η πορεία μάς οδηγεί ακόμα πιο ψηλά, στο Αιτιατό Επίπεδο, όπου ανακαλύπτουμε ότι έχουμε αφήσει πίσω μας το Αστρικό μας σώμα και ταξιδεύουμε πλέον με το Αιτιατό σώμα. Όταν ανέβουμε ακόμη πιο ψηλά, στο Υπεραιτιατό Επίπεδο, ανακαλύπτουμε ότι έχουμε απόβάλει όλα τα σώματα: το Φυσικό, το Αστρικό και το Αιτιατό. Ανακαλύπτουμε τότε ότι είμαστε ψυχές, που εκπέμπουν λαμπερό Φως και καλύπτονται μόνο από ένα πολύ λεπτό στρώμα απατηλότητας. Σ᾽ αυτό το σημείο αντιλαμβανόμαστε την αληθινή πνευματική μας φύση, την οποία ξεχάσαμε όταν εγκλωβιστήκαμε στα σώματα των κατωτέρων κόσμων και αυτή η διαπίστωση λέγεται «Αυτογνωσία». Τελικά υψωνόμαστε μέχρι την αμιγώς πνευματική περιοχή, που είναι γνωστή με το όνομα «*Σατς Καντ*» ή «*Αληθινό μας Σπίτι*». Στο Επίπεδο αυτό, αντιλαμβανόμαστε ότι είμαστε αγνές ψυχές, απελευθερωμένες απ᾽ όλα τους τα καλύμματα και αναγνωρίζουμε ότι στην πραγματικότητα ο καθένας από εμάς, αποτελεί “Μια σταγόνα από τον Ωκεανό της Θεότητας”. Στην Περιοχή αυτή του Σατς Καντ, συγχωνευόμαστε ξανά με το Δημιουργό και ανακτούμε την αληθινή μας υπόσταση και

αυτό ονομάζεται «Θέωση».

Ας προσευχηθούμε λοιπόν στον Παντοδύναμο Θεό να βοηθήσει τον καθένα μας να αντιληφθεί και να πραγματώσει τον αληθινό του Εαυτό, να συνειδητοποιήσει την αναλλοίωτη φύση του, να συμμετάσχει στην Αγάπη, στη χαρά και στη μακαριότητα, που είναι η αληθινή του υπόσταση, και να κάνει βήματα προς την επίτευξη του στόχου του, που είναι η Αυτογνωσία και η Θέωση. Η λέξη ***Αυτογνωσία σημαίνει να αντιληφθούμε τον εαυτό μας στο επίπεδο της ψυχής και Θέωση σημαίνει να πετύχουμε τη συγχώνευση της ψυχής μας με το Θεό***, με το Δημιουργό της.

Στην πορεία του Πνευματικού μας ταξιδιού μεταβαίνουμε σταδιακά από το φυσικό κόσμο στη Θεότητα. Η ψυχή μας πετάει ψηλά στις Εσωτερικές πνευματικές Περιοχές, όπου συναντάει Αγάπη σε κάθε της βήμα. Προσεύχομαι λοιπόν να μπορέσουμε όλοι να αντιληφθούμε την αληθινή μας ταυτότητα και να πετύχουμε τη συγχώνευση της ψυχής μας με το Δημιουργό.



3. Η αληθινή μας ταυτότητα

Κάποτε, μια παρέα από παιδιά που περπατούσαν και έπαιζαν κατά μήκος μιας ακρογιαλιάς, βρήκαν και μάζεψαν μερικά κοχύλια. Στη συνέχεια τα έβαλαν μέσα στα κουβαδάκια τους που τα γέμισαν με θαλασσινό νερό και τα πήγαν σπίτι τους. Εκεί τα τοποθέτησαν μέσα σε μικρά γυάλινα δοχεία και για μέρες με πολύ ενδιαφέρον τα περιεργάζονταν. Κάποια μέρα τα πήραν και στο σχολείο τους και με υπερηφάνεια τα έδειχναν στους συμμαθητές τους λέγοντάς τους: «Αυτά εδώ είναι κοχύλια κι αυτό είναι νερό από τον ωκεανό». Με την πάροδο όμως των ημερών ο ενθουσιασμός των παιδιών έφυγε, τα κοχύλια ξεχάστηκαν και ψόφησαν, το νερό στα βάζα μαύρισε και άρχισε να βγαίνει από μέσα του μία δυσάρεστη μυρωδιά.

Μετά από λίγο χρόνο, όταν τα παιδιά καθάριζαν κάποιο χώρο, βρήκαν τα γυάλινα δοχεία που είχαν ακόμα υπολείμματα από τις βρομιές και αναρωτήθηκαν για ποιο λόγο τα κρατούσαν τόσο καιρό. Αποφάσισαν λοιπόν να αδειάσουν το περιεχόμενό τους στην αποχέτευση. Όταν το περιεχόμενο από τα δοχεία χύθηκε στον υπόνομο, ανακατεύτηκε όπως ήταν φυσικό με άλλες βρωμιές. Έτσι τα ωραία κοχύλια και οι σταγόνες του άλλοτε φρέσκου και καθαρού θαλασσινού νερού, είχαν μετατραπεί σε βρομερά απόνερα.

Η σημερινή κατάσταση της ψυχής

Αυτή η ιστορία περιγράφει μία ανάλογη κατάσταση του ανθρώπου. Κάποτε ήμασταν σταγόνες του αληθινού Ωκεανού, του Ωκεανού της Μακαριότητας, του Ωκεανού της Πανσυνειδητότητας, του Ίδιου του Θεού. Έχουμε όμως χωριστεί από την Πηγή μας εδώ και εκατομμύρια χρόνια κι έχουμε εγκλωβιστεί στις γυάλες των φυσικών μας σωμάτων. Έχουμε παγιδευτεί εκεί μέσα τόσον πολύ καιρό, ώστε έχουμε ξεχάσει τελείως ποιοι και τι πραγματικά είμαστε. Έχουμε ζήσει στο γήινο επίπεδο τόσα

πολλά χρόνια, ώστε έχουμε ταυτιστεί με το φυσικό μας σώμα και το νου και πιστεύουμε ότι οι άνθρωποι είμαστε απλώς και μόνο φυσικές οντότητες και όχι ενσαρκωμένες ψυχές. Όπως οι σταγόνες χύθηκαν στα απόνερα, έτσι κι εμείς κολυμπάμε σ᾽ αυτόν τον κόσμο της βρομιάς και δεν έχουμε καμιά ανάμνηση της αληθινής καταγωγής μας. Τι κρίμα! Είμαστε σταγόνες από τον Ωκεανό της Θεότητας, του Ίδιου του Θεού. Είμαστε (η ψυχή μας) συνειδητές οντότητες, μικρές σταγόνες μακαριότητας και Φωτός κι όμως δεν το συνειδητοποιούμε.

Η Αποστολή των ειδικών αγγελιοφόρων του Θεού, των αγίων και των Διδασκάλων είναι να κατέβουν κάτω στα σκοτεινά νερά αυτού του κόσμου, να μαζέψουν τις σταγόνες του νερού, να τις καθαρίσουν και να τις γυρίσουν πίσω στον Ωκεανό του Φωτός απ᾽ όπου προήλθαν. Οι Διδάσκαλοι προσπαθούν με κάθε δυνατό τρόπο να μας αφυπνίσουν και να μας υπενθυμίσουν την αληθινή μας ταυτότητα. Θέλουν να αναλύσουμε τον εαυτό μας και να ανακαλύψουμε ότι στην πραγματικότητα είμαστε ψυχές, κομμάτια του ίδιου του Θεού.

Δυστυχώς όμως μοιάζουμε με το θαλασσινό νερό που έχει βρομίσει. Οι ακαθαρσίες έχουν αναμιχθεί τόσο πολύ με τα μόρια του νερού, ώστε ο διαχωρισμός τους δεν είναι εύκολο έργο. Για να μπορέσει να επιτευχθεί αυτός ο διαχωρισμός, το νερό πρέπει να βραστεί και να αποσταχθεί. Πρέπει να περάσει μέσα από δυνατές φωτιές, για να απελευθερωθεί από τα σωματίδια που το παγιδεύουν. Παρόμοια, και η απελευθέρωση της ψυχής από την αυταπάτη μέσα στην οποία βρίσκεται εδώ και χρόνια, εξαιτίας της επαφής της με το φυσικό νου και την ύλη, δεν είναι εύκολη υπόθεση. Η μακροχρόνια συναναστροφή της με τον κόσμο και οι αμέτρητες εντυπώσεις που προσλαμβάνει ο νους απ᾽ αυτόν τον κόσμο, έχουν οδηγήσει τη ψυχή μας στην πλήρη απορρόφησή της στο εφήμερο παιχνίδι της ζωής. Έχει πιαστεί αιχμάλωτη από τις επιθυμίες, τις εντυπώσεις και τα προβλήματα αυτού του κόσμου και καθώς ελέγχεται από το νου και τις αισθήσεις, υποβάλλεται σε απίστευτους πόνους και μαρτύρια και εμείς, η ψυχή μας δηλαδή, έχουμε ξεχάσει τα βασίλεια της

μακαριότητας και της χαράς που βρίσκονται μέσα μας.

Οι άγιοι και οι Διδάσκαλοι έχουν αναλάβει να επιτελέσουν το σωτήριο έργο της εξάγνισής μας, ώστε να μπορέσουμε να συνειδητοποιήσουμε την αληθινή μας ταυτότητα. Οι Διδάσκαλοι φέρνουν μαζί τους το εξαγνιστικό νερό του *Νάαμ*, του θείου *Λόγου*, για να βοηθήσουν την ψυχή να ανακαλύψει την αληθινή της φύση. Μεταφέρουν μαζί τους το εξαγνισμένο νερό του αιώνιου Ωκεανού του θείου Φωτός. Η παρουσία των Διδασκάλων, ακτινοβολεί την αγάπη του Θεού, και τα μάτια τους, μέσα από τα οποία ρέει αγνό Πνευματικό νέκταρ, αφυπνίζουν τις παγιδευμένες ψυχές και τότε αυτές αισθάνονται τη φυσική συγγένεια τους με τους Διδασκάλους, και στην παρουσία τους έχουν το αίσθημα οτι τις λούζει μία ασύλληπτη γαλήνη και μακαριότητα.

Το Εσωτερικό ταξίδι

Ο Διδάσκαλος δίνει τη μύηση σ᾽ εκείνους που ψάχνουν να βρουν τον αληθινό τους Εαυτό, σ᾽ εκείνους που αναζητούν τις ρίζες τους. Την ώρα της μύησης, ως Ειδήμονας φέρνει την ψυχή σε επαφή με τα αιώνια ρεύματα του Φωτός και του Ήχου και μας διδάσκει μια μέθοδο διαλογισμού, σύμφωνα με την οποία ο αναζητητής συγκεντρώνεται στο σημείο απ᾽ όπου το ρεύμα που εκπορεύεται από το Θεό, συναντάει την παγιδευμένη στο φυσικό σώμα ψυχή. Αυτό το σημείο είναι γνωστό ως Τρίτος, Απλός ή Μοναδικός Οφθαλμός και ακόμα σαν Τίσρα Τιλ, Σιβ Νέτρα ή Ντάσουαν Ντουάρ και βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια. Όταν συγκεντρωνόμαστε σ᾽ αυτό το σημείο, βλέπουμε το Εσωτερικό Φως και ακούμε την Μουσική τω Σφαιρών. Με ακόμα μεγαλύτερη αυτοσυγκέντρωση, η ψυχή υπερβαίνει τη φυσική συνειδητότητα, διασχίζει την Εσωτερική περιοχή των άστρων, της σελήνης και του ήλιου και φτάνει στην *Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου*. Από εκείνο το σημείο κι έπειτα η Ακτινοβόλος Μορφή του Διδασκάλου

οδηγεί την ψυχή στα ανώτερα επίπεδα, που είναι το Αστρικό, το Αιτιατό και το Υπεραιτιατό Επίπεδο, μέχρι να βρεθεί στην αμιγώς Πνευματική περιοχή, που είναι γνωστή με το όνομα *Σατς Καντ* ή το Αιώνιο Σπίτι του Θεού. Μόνον όταν φτάσει εκεί η σταγόνα συγχωνεύεται με τον Ωκεανό και γίνεται ο ίδιος ο Ωκεανός και συνειδητοποιεί την αληθινή της ταυτότητα ως ψυχή, ως μια πνοή του Θεού. Συγχωνεύεται ξανά με τον Ωκεανό της μακαριότητας, της αγνής συνειδητότητας και του Φωτός και συνειδητοποιεί ότι όλες οι ψυχές γύρω της είναι σταγόνες του ίδιου Ωκεανού, με αποτέλεσμα να αρχίζει να αγαπάει όλη τη Δημιουργία.

Το ταξίδι της ψυχής πίσω στο Θεό δε γίνεται σε μια νύχτα. Παρόλο που τη μέρα της μύησης ερχόμαστε σε πρώτη επαφή με το Φως και τον Ήχο, με το θείο καταρράκτη του Νάαμ, έχουμε μπροστά μας πολλή δουλειά αν θέλουμε να φτάσουμε στην απαιτούμενη κατάσταση αγνότητας, που είναι αναγκαία για να επιστρέψουμε ξανά στην καθαρά Πνευματική περιοχή του Θεού. Ο Θεός είναι ένας Ωκεανός αγνού πνεύματος και κανένα ίχνος νου ή ύλης δεν μπορεί να βυθιστεί μέσα του. Για να επιστρέψουν οι ψυχές μας στο Δημιουργό μας, επιβάλλεται να εξαγνιστούν απ' όλες τις μολυσματικές σκέψεις του νου και να απελευθερωθούν από κάθε μόριο ύλης.

Με ποιό τρόπο εξαγνίζεται η ψυχή

Πώς μπορεί η ψυχή μας να επιτύχει την απελευθέρωσή της; Η ψυχή, όσο περισσότερο έρχεται σε επαφή με τα νερά του Νάαμ ή Λόγου, τόσο περισσότερο εξαγνίζεται από το νου και την ύλη. Κάθε φορά που καθόμαστε σε διαλογισμό με το σωστό και ακριβή τρόπο και με πλήρη αυτοσυγκέντρωση, εξαγνιζόμαστε. Μερικές φορές οι άνθρωποι ζητούν από το Διδάσκαλο να τους ανεβάσει στα ανώτερα επίπεδα αμέσως, χωρίς να είναι τελείως αγνοί και έτοιμοι. Αν όμως αυτό γινόταν χωρίς να έχουμε κατάλληλα προετοιμαστεί, η ψυχή δε θα μπο-

ρούσε να αντέξει αυτή τη μεταβολή. Είναι ακριβώς όπως τον παλιό καιρό, που οι πλύστρες έπλεναν τα βρόμικα ρούχα στις όχθες των ποταμών και για να τα καθαρίσουν, τα χτυπούσαν με ξύλα ή άλλοτε τα χτυπούσαν με δύναμη πάνω σε κάποιο βράχο. Τώρα όμως υπάρχει το στεγνό καθάρισμα που χρησιμοποιώντας διάφορες ειδικές χημικές ουσίες, τρίβουμε τα ρούχα απαλά και αυτά μπορούν να γίνουν και πάλι πεντακάθαρα σαν καινούρια. Παρόμοια, και οι Διδάσκαλοι προτιμούν την ομαλή και προοδευτική ανέλιξη της ψυχής στα ανώτερα Πνευματικά επίπεδα με ένα απαλό και τρυφερό άγγιγμα. Μας διδάσκουν τη διαδικασία του διαλογισμού, ώστε μέρα με τη μέρα τα νερά του Φωτός και του Ήχου να μας καθαρίζουν ήρεμα και βαθμιαία. Όσο περισσότερη ώρα καθόμαστε σε διαλογισμό, τόσο πιο πολύ εξαγνιζόμαστε.

Ακόμα οι Διδάσκαλοι, μάς ζητούν να κρατάμε ένα ημερολόγιο, στο οποίο πρέπει να καταγράφουμε όλες τις παραλείψεις μας στις στήλες που αντιστοιχούν στις διάφορες αρετές. Για να επιστρέψουμε στον Ωκεανό του Θεού, είναι απαραίτητο να καλλιεργήσουμε τις ιδιότητες της μη βίας, της φιλαληθείας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Κάθε σφάλμα σε σκέψη, λόγο ή πράξη πρέπει να καταγράφεται στο έντυπο του ημερολογίου. Έτσι, θα αποκτήσουμε πλήρη εικόνα των στοιχείων του χαρακτήρα που πρέπει να αποβάλλουμε, ώστε να βελτιωνόμαστε μέρα με τη μέρα. Πρέπει να εξαγνίσουμε το νου μας. Αν ο νους μας είναι απασχολημένος με σκέψεις που δεν εκφράζουν Αγάπη, σκέψεις που είναι δόλιες και εγωκεντρικές ή στριφογυρίζουν γύρω από επιθυμίες για εγκόσμιες απολαύσεις, δε θα έχουμε την απαιτούμενη αυτοσυγκέντρωση για να απορροφηθούμε στο Φως και τον Ήχο του Θεού. Όσο περισσότερο καταφέρνουμε να αποκτάμε τον έλεγχο των σκέψεών μας και να πλημμυρίζουμε από Αγάπη για το Θεό και τους συνανθρώπους μας, τόσο πιο γρήγορα θα φτάσουμε σ᾽ εκείνη τη νοητική κατάσταση που απαιτείται για να διαλογιστούμε στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο. Πρέπει να είμαστε τόσο αυτοσυγκεντρωμένοι την ώρα

του διαλογισμού, ώστε καμιά άλλη σκέψη να μην μπορεί να εισχωρήσει στο μυαλό μας. Τέλος, πρέπει γεμάτοι αγάπη και με πλήρη αφοσίωση στο Διδάσκαλό μας να κοιτάζουμε νοερά στο μέσο αυτού που υπάρχει μπροστά μας, όταν κλείνουμε τα μάτια μας. Το ημερολόγιο επομένως, είναι άλλο ένα βοήθημα που μας παρέχουν οι Διδάσκαλοι, για να μπορέσουμε να επιταχύνουμε το ρυθμό της εξάγνισής μας.

Τρίτος βοηθητικός παράγοντας είναι η ίδια η Αγάπη και η προσοχή του Διδασκάλου. Ο Διδάσκαλος είναι η ενσάρκωση του απέραντου Ωκεανού της Αγάπης και του Φωτός του Θεού. Οποτεδήποτε στρέφουμε την προσοχή μας σ᾽ εκείνον, τα Ιερά Νερά του κυλούν μέσα μας. Μερικοί νομίζουν ότι, για να βιώσουμε αυτή τη θεία ακτινοβολία και το νέκταρ της Αγάπης, πρέπει να βρισκόμαστε στη φυσική παρουσία του Διδασκάλου. Είναι αλήθεια πως όταν είμαστε στη συντροφιά του, βιώνουμε απευθείας τη μακαριότητα και τη μέθη, επειδή όταν τον βλέπουμε είναι φυσικό η προσοχή μας να στέφεται προς το μέρος του. Τότε δεν απαιτείται καμιά προσπάθεια να τον σκεφτούμε ή να τον θυμηθούμε, αφού βρίσκεται εκεί, ακριβώς μπροστά μας. Μπορούμε ωστόσο να βιώσουμε τη μακαριότητα και το νέκταρ της Αγάπης του ακόμα κι όταν είμαστε μακριά του, αρκεί να τον θυμόμαστε. Ο Διδάσκαλος είναι συνδεδεμένος με καθεμία ψυχή από αυτές που έχει αναλάβει κάτω από την προστασία του. Είναι πάντοτε “μέσα” στον καθένα μας και είναι έτοιμος να προσφέρει τη Χάρη και την Αγάπη του σε κάθε μαθητή του. Απλώς περιμένει τον καθέναν από μας να στρέψει την προσοχή του προς το μέρος του. Τη στιγμή που θα τον θυμηθούμε με αγάπη μέσα στην καρδιά μας, θα νιώσουμε τα νερά της στοργικής προσοχής του να πλημμυρίζουν ολόκληρη την ύπαρξή μας. Ακόμη κι αν είμαστε χιλιάδες μίλια μακριά του, η Αγάπη του θα κυλάει μέσα στις φλέβες μας και θα μας γεμίζει με Θεία μέθη.

Ο Αγαπημένος μας Διδάσκαλος Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ συχνά μας έλεγαν ότι το να βρίσκεται κανείς στη φυσική παρουσία του

Διδασκάλου έχει τη δικιά του γοητεία. Υπάρχουν όμως άνθρωποι που αν και βρίσκονται στη φυσική του παρουσία, αφήνουν την προσοχή τους να εγκλωβίζεται σε εγκόσμιες σκέψεις. Αυτοί οι άνθρωποι δεν εισπράττουν το πλήρες όφελος της φυσικής παρουσίας του. Από την άλλη μεριά, υπάρχουν κι εκείνοι που μπορεί να είναι μακριά από τη φυσική παρουσία του Διδασκάλου κι όμως, να είναι τόσο χαμένοι στην ενθύμηση του, ώστε να βιώνουν περισσότερη μακαριότητα από εκείνους που κάθονται ολόγυρά του. Αυτό οφείλεται στη "δεκτικότητα" τους. Η καρδιά του Διδασκάλου είναι πολύ ευαίσθητη και γνωρίζει ποιος τον θυμάται και ποιος τον σκέφτεται με Αγάπη. Αν είμαστε ανοιχτοί και έτοιμοι να δεχτούμε τα νερά της θείας Χάρης του, τα νερά του θα ρέουν μέσα μας όχι σαν μικρές σταγόνες, αλλά σαν καταρράχτες που θα μας μουσκεύουν με Θεία μέθη. Οι υδατοφράχτες θα ανοίξουν και θα νιώσουμε όχι μόνο να πλημμυρίζουμε από αυτό το μεθυστικό νέκταρ, αλλά να πλέουμε μέσα σε αυτό. Η ψυχή βυθισμένη στην Αγάπη του Διδασκάλου θα έχει μηδενίσει κάθε φυσική απόσταση ανάμεσα σε εμάς και σε εκείνον. Η επιλογή βρίσκεται στα χέρια μας.

Ελεύθερη βούληση: Η επιλογή είναι στα χέρια μας

Είναι ευτυχία που οι άνθρωποι έχουμε ευλογηθεί με την ικανότητα της διάκρισης. Είμαστε ικανοί να επιλέγουμε. Ο Διδάσκαλος μάς προσφέρει κάθε δυνατή βοήθεια, προκειμένου να επιστρέψουμε στον Ωκεανό της Πανσυνειδητότητας. Μας προσφέρει το δώρο της μύησης και μέσω αυτής μας συνδέσει με τα σωτήρια νερά του Νάαμ. Μας δίνει το ημερολόγιο, για να καθαρίσουμε τον εαυτό μας γρηγορότερα. Η Αγάπη του είναι πάντοτε παρούσα και μας περιμένει να στραφούμε προς το μέρος του. Είναι στο χέρι μας να διαλέξουμε, είτε να επιταχύνουμε το ταξίδι προς το Σπίτι μας είτε να χρονοτριβούμε στα λασπόνερα αυτού του κόσμου. Το κάθε λεπτό έχει αξία. Μας δόθηκε αυτή η σύντομη ζωή για να φτάσουμε το στόχο μας. Οι

Διδάσκαλοι έχουν επισημάνει ότι η πρόοδος που κάνουμε στη διάρκεια της φυσικής μας ζωής είναι πολύ ταχύτερη από την πρόοδο που κάνουμε όταν η ψυχή μας βρίσκεται στα Ανώτερα Πνευματικά επίπεδα της Θεϊκής Δημιουργίας. Λέγεται ότι ακόμα ***και οι άγγελοι λαχταρούν να λάβουν την ανθρώπινη μορφή γιατί και αυτοί, μόνο μέσα από ένα ανθρώπινο σώμα μπορούνε να επιστρέψουνε στο Θεό***.

Έχουμε ευλογηθεί σε αυτή την ανθρώπινή μας μορφή με ένα κεφάλαιο προκαθορισμένου αριθμού αναπνοών[1]. Έχουμε επίσης το Διδάσκαλο πλάι μας στο φυσικό επίπεδο, για να μας προσφέρει τη μέγιστη δυνατή βοήθεια και ώθηση όποτε χρειαστεί. Αυτή είναι λοιπόν η χρυσή μας ευκαιρία να επιστρέψουμε στο Θεό! Τελικά, μόνο εμείς, έχουμε τη δυνατότητα να επιλέξουμε αν θα χρησιμοποιήσουμε τα δώρα που μας έχουν δοθεί. Πρέπει επομένως να προσευχόμαστε, να μας δοθεί η δύναμη να επιλέγουμε το σωστό, αυτό που πολύ όμορφα περιγράφει σ' ένα του ποίημα ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ:

«.... Κέρνα μας ασταμάτητα
από το κανάτι των ιερών ματιών Σου
κι' άσε να πιούμε σήμερα
όσο βαστάει η καρδιά μας περισσότερο ....»

Πρέπει να σταθμίσουμε προσεκτικά αυτήν την επιλογή και να πάρουμε μια απόφαση. Ας καθίσουμε λίγες ή πολλές ώρες, μέρες ή ακόμα και εβδομάδες και να σκεφτούμε προσεκτικά την απόφαση που θα πάρουμε. Ας συνειδητοποιήσουμε ότι στην πραγματικότητα είμαστε σταγόνες του Ωκεανού που λέγεται Θεός και ότι είμαστε παγιδευμένοι στο ανθρώπινο σώμα. Ας καθίσουμε σε διαλογισμό κι ας εισχωρήσουμε στον Ωκεανό του Φωτός που βρίσκεται μπροστά μας. Ας ξεχάσουμε ότι είμαστε σώμα και νους. Ας καθίσουμε με Αγάπη και λα-

---

1 Ο χρόνος της ανθρώπινης ζωής είναι προκαθορισμένος.

χτάρα σε διαλογισμό, για να ενώσουμε τον εαυτό μας με τον Ωκεανό της αιώνιας Αγάπης. Αν μπορέσουμε να το πετύχουμε, τότε θα βυθιστούμε στα νερά της Αγάπης του που αγκαλιάζει τα πάντα και θα κολυμπάμε παντοτινά σε μια θάλασσα υπέρτατης ευτυχίας.



4. Πνευματική αφύπνιση

Πολλοί γονείς διαβάζουν στα παιδιά τους ένα ιδιαίτερα δημοφιλές παραμύθι, που είναι γνωστό τόσο στην Ευρώπη όσο και στην Αμερική. Ακόμα πολλές παραλλαγές αυτού του παραμυθιού έχουν δημοσιευτεί ή έχουν παρουσιαστεί στον κινηματογράφο και στο θέατρο. Είναι το παραμύθι της *Ωραίας Κοιμωμένης*, με το οποίο πολλοί από μας έχουν μεγαλώσει. Παρόλο που είναι μια πολύ διασκεδαστική κι ευχάριστη ιστορία, λίγοι γονείς συνειδητοποιούν ότι αυτή είναι η ιστορία και της δικιάς τους ζωής. Στην πραγματικότητα είναι μια αλληγορία για την κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο άνθρωπος.

Το παραμύθι της ωραίας κοιμωμένης

Κάποτε ένας βασιλιάς και μια βασίλισσα έφεραν στον κόσμο μια χαριτωμένη κόρη. Όπως το απαιτούσε το έθιμο, κάλεσαν τις επτά καλύτερες μάγισσες να έρθουν και να προσφέρουν τις ευχές τους στο νεογέννητο παιδί τους και μετά τις προσκάλεσαν σε γεύμα. Όμως, μια κακιά μάγισσα που έμαθε για την πρόσκληση, με ζήλια εμφανίστηκε απρόσκλητη. Δεν υπήρχε όμως σερβίτσιο γι᾽ αυτήν, αφού δεν την είχαν προσκαλέσει καθώς κανένας δεν την ήθελε. Η κακιά μάγισσα ένιωσε πολύ προσβεβλημένη απ᾽ αυτό το γεγονός, και ο θυμός φούντωσε μέσα της. Όταν έφτασε λοιπόν η ώρα που οι καλές μάγισσες προσέφεραν η μία μετά την άλλη τα δώρα και τις ευχές τους για μια ευτυχισμένη ζωή, μία από τις καλές μάγισσες φοβήθηκε ότι η οργισμένη μάγισσα θα ευχόταν κάτι κακό στην πριγκίπισσα. Αποφάσισε λοιπόν να ευχηθεί τελευταία στη σειρά, μετά την κακιά μάγισσα, έτσι ώστε να καταφέρει να εξουδετερώσει το όποιο κακό θα ευχόταν να συμβεί στο παιδί, η κακιά μάγισσα. Η μια μετά την άλλη οι καλές μάγισσες ευχήθηκαν στην πριγκίπισσα να έχει ομορφιά, χάρη, γοητεία, ταλέντο στη μουσική και άλλα σπάνια χαρίσματα. Όταν

έφθασε η σειρά της κακιάς μάγισσας, αυτή, αντί να ευχηθεί, καταράστηκε την πριγκίπισσα, λέγοντας μια μέρα να τρυπήσει το δάχτυλό της με ένα αδράχτι και να πεθάνει. Ο βασιλιάς και η βασίλισσα ταράχτηκαν και ανησύχησαν, γιατί τα λόγια που έλεγαν αυτές οι μάγισσες πίστευαν ότι θα έβγαιναν αληθινά. Η καλή μάγισσα, που περίμενε υπομονετικά τελευταία, γνώριζε ότι δεν ήταν τόσο δυνατή όσο η κακιά μάγισσα, οπότε δε θα μπορούσε να εξαφανίσει τα μάγια της. Προσπάθησε ωστόσο να χρησιμοποιήσει όλες της τις δυνάμεις, για να ελαττώσει τη δύναμη της κατάρας της. Είπε λοιπόν: «Η πριγκίπισσα δε θα πεθάνει, αλλά θα πέσει σε βαθύ ύπνο επί εκατό χρόνια και θα ξυπνήσει όταν τη βρει ο γιος ενός άλλου βασιλιά».

Ο βασιλιάς και η βασίλισσα θέλησαν να προλάβουν το κακό κι έτσι προσπάθησαν να εξαφανίσουν από το βασίλειο κάθε καρφίτσα και κάθε βελόνα. Σε κανέναν δεν επιτρεπόταν να γνέθει, από φόβο μην και η πριγκίπισσα πλησιάσει κατά λάθος κανένα αδράχτι. Με κάποιον τρόπο όλοι γνώριζαν τη διαταγή, εκτός από μια γυναίκα που έγνεθε στο ψηλότερο δωμάτιο του κάστρου. Ποτέ δεν άκουσε αυτή την απαγόρευση κι έτσι συνέχισε να υφαίνει.

Κάποια μέρα που το βασιλικό ζευγάρι έφυγε λίγες ώρες από το παλάτι, η μικρή πριγκίπισσα άρχισε να εξερευνά ένα ένα τα δωμάτια του κάστρου, μέχρι που ανακάλυψε το δωμάτιο στο οποίο η γυναίκα άδραχτε το μαλλί. Καθώς δεν είχε ξαναδεί να γίνεται αυτή η εργασία, γοητεύτηκε και ζήτησε από τη γυναίκα να της δείξει πώς αδράχτουν το μαλλί. Όμως καθώς η πριγκίπισσα ήταν πολύ νέα και ενθουσιώδης, δεν περίμενε τη γυναίκα να της δώσει τις κατάλληλες οδηγίες. Προσπάθησε να χειριστεί το αδράχτι μόνη της, με αποτέλεσμα αυτό να τρυπήσει το δάχτυλό της. Στη στιγμή η πριγκίπισσα έπεσε αναίσθητη χωρίς όμως να πάψει να αναπνέει. Η γυναίκα, βλέποντάς την να σωριάζεται στο πάτωμα, πανικοβλήθηκε και έτρεξε για βοήθεια. Όταν γύρισαν οι γονείς της, θυμήθηκαν την κατάρα που είχε δεχθεί η κόρη τους και παρηγορήθηκαν μόνο, γιατί ήξεραν ότι η κόρη τους δεν θα πέθαινε αλλά

θα κοιμόταν για καιρό σε βαθύ ύπνο. Την ξάπλωσαν τότε σε ένα άνετο κρεβάτι όπου θα μπορούσε να κοιμηθεί για εκατό χρόνια. Παρακάλεσαν ακόμα τις καλές μάγισσες να κάνουν μάγια και στις υπηρέτριές της, έτσι ώστε να μπορέσουν να κοιμηθούν κι αυτές εκατό χρόνια ώστε όταν θα ξυπνούσε η πριγκίπισσα να μπορούν να την υπηρετήσουν. Με αυτόν τον τρόπο η κόρη τους δε θα έμενε μόνη της και θα υπήρχαν οι υπηρέτριές της να την φροντίσουν. Στη συνέχεια έβαλαν το κρεβάτι σε ένα απομονωμένο δωμάτιο και διέταξαν να μην το πλησιάσει κανείς. Με τον καιρό, δημιουργήθηκε γύρω από το κάστρο ένα πυκνό δάσος, με αποτέλεσμα κανείς να μην μπορεί να πλησιάσει το παλάτι και να βλάψει ή να ενοχλήσει την κοιμισμένη πριγκίπισσα.

Το παραμύθι συνεχίζεται και λέει ότι από τότε πέρασαν εκατό χρόνια και πολύ μετά το θάνατο τού βασιλιά και της βασίλισσας, τη διακυβέρνηση του βασιλείου είχε αναλάβει μια άλλη δυναστεία, που ζούσε σε κάποιο άλλο παλάτι. Ο γιος τους, ο πρίγκιπας, έμαθε κάποτε για το θρύλο μιας κοιμισμένης βασιλοπούλας που βρισκόταν σε κάποιο άλλο κάστρο αλλά δεν ήξερε αν η ιστορία ήταν αληθινή, γιατί ο ύπνος της τότε πριγκίπισσας είχε ξεκινήσει έναν αιώνα πριν. Η προοπτική της περιπέτειας ενθουσίασε τον πρίγκιπα και αποφάσισε να ξεκινήσει για να βρει το παλάτι με την Ωραία Κοιμωμένη. Διέσχισε το πυκνό δάσος που υπήρχε γύρω από το κάστρο του και τελικά έφθασε στο παλάτι. Μπαίνοντας στο παλάτι, αυτό που είδε τον εξέπληξε καθώς παντού υπήρχαν υπηρέτες που κοιμόντουσαν. Όταν βρήκε το δωμάτιο της Ωραίας Κοιμωμένης, μπήκε μέσα και έκπληκτος διαπίστωσε πως ήταν πραγματικά πανέμορφη. Ήταν σαν να μην την είχε αγγίξει ο χρόνος και παρέμενε πανέμορφη, στο άνθος της ηλικίας της. Την ερωτεύτηκε κεραυνοβόλα κι όταν τη φίλησε εκείνη αμέσως ξύπνησε. Μετά παντρεύτηκαν και από τότε έζησαν ευτυχισμένοι.

Πνευματικός ύπνος και πνευματική αφύπνιση

Κι εμείς επίσης κοιμόμαστε. Η Ωραία Κοιμωμένη κοιμήθηκε εκατό χρόνια, εμείς όμως κοιμόμαστε εδώ και πολλούς αιώνες. Εκείνη κοιμήθηκε στο φυσικό επίπεδο, εμείς όμως κοιμόμαστε στο επίπεδο της ψυχής. Όπως είπε σε κάποιους στίχους της μια μεγάλη αγία της Ινδίας, η Σάχτζο Μπάι:

«Ω Σάχτζο!! η τρομπέτα της ψυχής μας ηχεί μέρα νύχτα!
Ο ανόητος είναι χαμένος σε βαθύ λήθαργο,
ενώ αυτοί που είναι ξύπνιοι,
δεν ξεκουράζονται ούτε στιγμή!»

Η ψυχή μας είναι σαν μια Ωραία Κοιμωμένη, που έχει πέσει σε λήθαργο αιώνες τώρα. Χρειαζόμαστε λοιπόν το φιλί ενός ζωντανού πρίγκιπα για να ξυπνήσουμε. Αυτό το φιλί δεν θα μας αφυπνίσει στο επίπεδο του νου και του σώματος αλλά στο επίπεδο της ψυχής.

Τι σημαίνει ότι "Κοιμόμαστε πνευματικά"; Σημαίνει ότι νομίζουμε πως, επειδή έχουμε επίγνωση του φυσικού κόσμου, είμαστε ξύπνιοι. Όμως σήμερα γιατροί και άλλοι επιστήμονες όπως ο Δρ. Μούντι που μελέτησαν τις παραθανάτιες εμπειρίες πολλών εκατοντάδων ατόμων, έφτασαν στο σημείο να δεχθούν ότι στη Δημιουργία υπάρχει κάτι περισσότερο από τους πλανήτες και τα αστέρια που μπορούμε να δούμε με τηλεσκόπια. Ανακάλυψαν ότι υπάρχουν κι άλλα βασίλεια στα οποία η ψυχή μας μπορεί να εισέλθει και τα οποία είναι γεμάτα από ζωή και εμπειρίες που δε θα μπορούσαμε ποτέ να φανταστούμε ότι υπάρχουν. Υπάρχουν περιοχές πέρα από το φυσικό κόσμο, στις οποίες μπορούμε να εισέλθουμε. Όσο καιρό δεν έχουμε επίγνωση της ύπαρξής τους, στην πραγματικότητα κοιμόμαστε. Η ψυχή μας αφυπνίζεται μόνον όταν βιώσει την εμπειρία αυτών των Εσωτερικών βασιλείων.

Φανταστικοί κόσμοι διαδέχονται ο ένας τον άλλον μέσα μας. Εμείς όμως έχουμε επίγνωση μόνον του εξωτερικού κό-

σμου. Άνθρωποι, που κάποιο συμβάν τους ανάγκασε να “γλιστρήσουν” στον άλλο κόσμο, μένουν καταγοητευμένοι από τη θέα του. Πώς όμως μπορεί να πάει κανείς εκεί; Μέσα στους αιώνες, έχουμε διαβάσει στις Ιερές Γραφές και στα κείμενα των αγίων και μυστών για εμπειρίες ατόμων που υψώθηκαν πάνω από τον φυσικό κόσμο. Η ψυχή τους χωρίστηκε από το σώμα και βρέθηκαν σε βασίλεια που αναφέρονται σαν «ουρανοί». Εκεί βρέθηκαν σε περιοχές Φωτός και μακαριότητας που τους πλημμύρισαν με ανείπωτη έκσταση και αγαλλίαση. Άνθρωποι όπως η αγία Τερέζα της Άβιλα, ο άγιος Ιωάννης του Σταυρού, ο άγιος Ριχάρδος της Βικτόρια, που ήταν Χριστιανοί μύστες και έζησαν στην Ευρώπη λίγες εκατοντάδες χρόνια πριν, περιέγραψαν τις εμπειρίες τους σε αυτές τις ουράνιες περιοχές. Ακόμα στην Αγία Γραφή και στο Κοράνι βρίσκουμε αναφορές για τα ανώτερα βασίλεια ύπαρξης. Μέχρι πριν από λίγα χρόνια πιστεύαμε ότι σ’ αυτά τα βασίλεια μπορούμε να φτάσουμε μόνο μετά το θάνατό μας. Όμως τα τελευταία είκοσι χρόνια έχουν καταγραφεί από γιατρούς και βιολόγους, χιλιάδες αφηγήσεις ανθρώπων που βρέθηκαν έξω από το φυσικό τους σώμα και βίωσαν να βρίσκονται σε περιοχές παρόμοιες με εκείνες που περιγράφονται στις Γραφές. Το όνομα που δόθηκε σ’ αυτές τις εμπειρίες είναι «παραθανάτιες εμπειρίες».

Παραθανάτιες εμπειρίες και Εσωτερικά βασίλεια

Παραθανάτιες εμπειρίες έχουν άνθρωποι που ενώ για ένα διάστημα είναι κλινικά νεκροί, επανέρχονται στη ζωή. Είναι δυνατόν, εξαιτίας κάποιου ατυχήματος, κάποιας εγχείρησης ή μιας αρρώστιας να προκληθεί διακοπή της καρδιακής ή της αναπνευστικής λειτουργίας κάποιου ατόμου με αποτέλεσμα αυτό να πεθάνει. Οι γιατροί και το νοσηλευτικό προσωπικό προσπαθώντας να το επαναφέρουν στη ζωή, καμιά φορά το κατορθώνουν και ενώ για κάποιο διάστημα οι ασθενείς παρέμειναν κλινικά νεκροί, επανέρχονται στη ζωή. Από αυτούς που

επανέρχονται στη ζωή, ορισμένοι, συχνά διηγούνται τι μεσολάβησε, όση ώρα ήταν κλινικά νεκροί.

Περιγράφουν ότι ένιωσαν σαν να εγκατέλειψαν το σώμα τους και να πετούσαν πάνω από αυτό. Πολλοί απ' αυτούς περιέγραψαν ότι κοιτούσαν το νεκρό σώμα τους από κάποιο ψηλό σημείο στο ταβάνι. Άλλοι έβλεπαν να είναι ξαπλωμένοι στο έδαφος ή στο κρεβάτι του νοσοκομείου, ενόσω οι γιατροί και το νοσηλευτικό προσωπικό προσπαθούσαν να τους επαναφέρουν στη ζωή και ταυτόχρονα άκουγαν τις μεταξύ τους συζητήσεις. Κάποιοι βγήκαν από το χειρουργείο και πέταξαν μέσα από τους τοίχους στο χώρο που κάθονταν οι συγγενείς τους και εκεί μπορούσαν να δουν και να ακούσουν αυτά που έκαναν και αυτά για τα οποία μιλούσαν. Άλλοι πάλι έλεγαν ότι διάβαζαν ακόμα και τις σκέψεις των φίλων και συγγενών τους.

Όταν οι ασθενείς επανέρχονταν στη ζωή, τόσο η οικογένεια όσο και οι γιατροί με τις νοσοκόμες έμεναν κατάπληκτοι που οι άνθρωποι αυτοί ήταν σε θέση να περιγράφουν με ακρίβεια ό,τι είχε γίνει και αυτά που είχαν ειπωθεί ενώ βρίσκονταν άψυχοι πάνω στο χειρουργικό τραπέζι. Άλλοι περιέγραψαν ότι απλώς σκέφθηκαν κάποιον δικό τους άνθρωπο που ζούσε μακριά και εντελώς ξαφνικά βρέθηκαν στο ίδιο δωμάτιο με αυτόν και μπορούσαν να δουν τι φορούσε και τι έκανε, χωρίς όμως να μπορούν να επικοινωνήσουν μαζί του. Σε μια τέτοια περίπτωση, κάποιος που ήταν δίπλα σε ένα τέτοιο άτομο που επανήλθε στη ζωή τηλεφώνησε σε ένα κοινό γνωστό τους και του περιέγραψε πως τον είχε δει ο ασθενής λίγη ώρα πιο πριν και φανταστείτε την έκπληξη εκείνου του ανθρώπου, όταν διαπίστωνε ότι ο φίλος του γνώριζε με ακρίβεια τι φορούσε και τι έλεγε πριν από λίγο ενώ βρισκόταν σε κάποια πόλη, πολύ μακριά από το νοσοκομείο.

Μερικά από αυτά τα άτομα που είχαν πεθάνει, περιγράφουν στερεότυπα ότι αισθάνθηκαν να περνούν μέσα από ένα σκοτεινό τούνελ, στην έξοδο του οποίου υπήρχε φως. Επιθυμούσαν να φθάσουν αυτό το φως και τελικά έβγαιναν από το τούνελ. Με την έξοδό τους άρχιζαν να νιώθουν ότι πλημμύ-

ριζαν από εκτυφλωτικό φως, το οποίο όμως δεν τους τύφλωνε. Έμπαιναν σ' έναν κόσμο άπλετου φωτός, που δεν έμοιαζε σε τίποτα με όσα είχαν δει εδώ στη γη. Σ' αυτό το σημείο, τα άτομα που βίωναν αυτή την παραθανάτια εμπειρία, έρχονταν αντιμέτωπα με μια ποικιλία φαινομένων. Πολλοί αναφέρουν ότι είδαν τον εαυτό τους μέσα σε ένα λαμπερό φως. Άλλοι ότι συνάντησαν ένα ακτινοβόλο φωτεινό Ον που δεν έπαυε να τους καλωσορίζει. Αυτό το πλάσμα εξέπεμπε Αγάπη και ζεστασιά. Όσοι βίωσαν την εμπειρία της συνάντησης με ένα τέτοιο Ον, διηγούνται ότι ένιωσαν απόλυτη, τρυφερή και χωρίς όρους Αγάπη. Μια Αγάπη που δεν είχαν νιώσει ποτέ πάνω στη γη. Αυτή η οντότητα αν και γνώριζε όλα τους τα ελαττώματα τούς αγκάλιαζε με Αγάπη και στοργή.

Κάποιοι έκαναν μία αναδρομή και μία ανασκόπηση της ζωής τους και όλα τα γεγονότα που τη σημάδεψαν πέρασαν μπρος από τα μάτια τους σαν μία τρισδιάστατη κινηματογραφική ταινία. Ξαναζούσαν σε συντομία κάθε γεγονός της ζωή τους, ενώ ταυτόχρονα την παρακολουθούσαν σαν παρατηρητές. Κατά τη διάρκεια αυτής της ανασκόπησης, έβλεπαν όλα όσα σκέφτηκαν, είπαν ή έκαναν αλλά επιπλέον ένιωθαν τα αποτελέσματα και τα συναισθήματα που επέφεραν οι πράξεις τους στους άλλους. Μπορούσαν να νιώσουν και τη χαρά και τον πόνο τους. Έφθασαν έτσι να συνειδητοποιήσουν την επίδραση όλων όσων είχαν κάνει στη διάρκεια της ζωής τους. Έμαθαν ότι αυτό που έχει σημασία είναι η Αγάπη και η καλοσύνη που έδειξαν στους άλλους. Είδαν πως ό,τι κι αν είχαν καταφέρει στη ζωή τους, από αυτά που οι ίδιοι θεωρούσαν σπουδαία, όπως για παράδειγμα ένα καλό όνομα, φήμη, πλούτη, επιτεύγματά που οι άλλοι θαύμαζαν καθώς και η δύναμη που απέκτησαν, δεν έχουν καμιά αξία στον άλλο κόσμο. Αυτό που έχει αξία είναι η Αγάπη, η φροντίδα και η καλοσύνη που δείχνουμε στους άλλους. Έμαθαν ότι οι πράξεις τους έχουν μια κυκλική, κυματοειδή επίδραση. Έμαθαν ότι όλο το καλό που κάνουμε πολλαπλασιάζεται, επηρεάζει και βελτιώνει τη ζωή πολλών ανθρώπων γύρω μας. Αντίστοιχα, όλο το κακό που

κάνουμε επίσης πολλαπλασιάζεται και επηρεάζει αρνητικά τη ζωή των άλλων. Κατά τη διάρκεια αυτής της αναδρομής στα συμβάντα της ζωής τους, οι άνθρωποι αυτοί μεταμορφώθηκαν τελείως. Έφτασαν στο σημείο να συνειδητοποιήσουν ότι εκείνο που έχει αξία στη ζωή είναι η Αγάπη: οι σκέψεις Αγάπης, τα λόγια Αγάπης και οι πράξεις Αγάπης. Όταν επέστρεψαν στη ζωή, κουβαλούσαν μέσα τους αυτή την αποκάλυψη που τους έγινε και έβλεπαν τη ζωή με άλλο μάτι. Τώρα πολλοί από αυτούς που βίωσαν αυτές τις εμπειρίες ζουν προσφέροντας την Αγάπη τους σε όλους όσους συναντούν.

Μετά το τέλος αυτής της εμπειρίας, δόθηκε σ' αυτά τα άτομα η εντολή να επιστρέψουν στο σώμα τους, γιατί ο χρόνος παραμονής τους στη γη δεν είχε ακόμα τελειώσει. Την ίδια στιγμή που η ψυχή επέστρεφε στο σώμα τους, οι ζωτικές λειτουργίες έμπαιναν πάλι σε κίνηση. Επανερχόταν η αναπνοή και η καρδιά τους άρχιζε και πάλι να χτυπά. Οι γιατροί και οι νοσοκόμες είχαν την αίσθηση ότι οι προσπάθειές τους να επαναφέρουν στη ζωή αυτούς τους ανθρώπους στέφθηκαν με επιτυχία, χωρίς να συνειδητοποιούν ότι η επάνοδος της ψυχής στο σώμα ήταν αυτή που επανέφερε και ενεργοποιούσε πάλι το φυσικό φορέα, το σώμα δηλαδή και ότι αυτό ήταν ένα γεγονός προδιαγεγραμμένο.

Τα παλαιότερα χρόνια οι άνθρωποι δε συζητούσαν γι' αυτές τις εμπειρίες, από φόβο μη χαρακτηριστούν τρελοί ή θεωρηθούν ότι τα έχουν χαμένα. Έτσι, πριν τη δεκαετία του 1970, συναντάμε μαρτυρίες για παραθανάτιες εμπειρίες αραιά και πού. Από τη στιγμή όμως που εμφανίστηκε το βιβλίο ορόσημο "*Η ζωή μετά το θάνατο*" του γιατρού Ρέϊμοντ Μούντι, στο οποίο καταγράφονται εκατοντάδες περιστατικά ατόμων που βίωσαν παραθανάτιες εμπειρίες, οι άνθρωποι όχι μόνο έπαψαν να αποφεύγουν παρόμοιες συζητήσεις αλλά αντίθετα παρουσιάστηκαν πολλοί που ανέφεραν και άλλες, προσωπικές τους εμπειρίες. Σε μία δημοσκόπηση που δημοσιεύθηκε το 1982, οκτώ εκατομμύρια άνθρωποι δήλωσαν ότι είχαν βιώσει παραθανάτιες εμπειρίες! Έτσι σήμερα είναι δύσκολο να αγνο-

ήσουμε κάτι που δηλώνουν ότι βίωσαν οκτώ εκατομμύρια άνθρωποι, ιδιαίτερα όταν οι εμπειρίες τους είχαν μεταξύ τους τόσο πολλές ομοιότητες. Το γεγονός ότι οι παραθανάτιες εμπειρίες αποτελούν ένα τόσο συχνό φαινόμενο αποδεικνύει ότι υπάρχει ένας κόσμος Φωτός που συνυπάρχει ταυτόχρονα με το φυσικό κόσμο που ζούμε και επιβεβαιώνει με τον πιο ξεκάθαρο τρόπο την αλήθεια όλων όσων μας διαβεβαίωναν από τα πανάρχαια χρόνια οι άγιοι, οι μύστες και οι μεγάλοι Πνευματικοί Διδάσκαλοι.

Αυτός ο απαστράπτων κόσμος του Φωτός και της Αγάπης κάνει αυτό τον Υλικό κόσμο να ωχριά, όταν συγκρίνεται μαζί του. Εκείνοι που βίωσαν την εμπειρία του, αναφέρουν ότι ένιωσαν τόση Αγάπη και μακαριότητα, που ξεπερνούσε οποιαδήποτε σχετική εμπειρία είχαν βιώσει ποτέ πάνω σ' αυτόν τον κόσμο. Εκεί ένιωσαν να ανακουφίζονται από κάθε πόνο και δυστυχία και τους έλουζε άπλετη μακαριότητα και ευδαιμονία, ενώ συγχρόνως ένιωθαν την ελευθερία που προσφέρει η έλλειψη βαρύτητας του φυσικού σώματος. Ακόμα μπορούσαν να μάθουν ό,τι επιθυμούσαν να ξέρουν. Η συνειδητότητά τους αυξήθηκε και διευρύνθηκε. Μπορούσαν να διαβάσουν τις σκέψεις και τα συναισθήματα των άλλων, χωρίς να επικοινωνούν μαζί τους με λόγια. Πλημμύριζαν από Αγάπη και συμπόνια και το σπουδαιότερο, συνειδητοποίησαν τις αληθινές αξίες της ζωής.

Επιστήμη και Πνευματικότητα

Είναι παράξενο που η επιστημονική μας διαπαιδαγώγηση, μολονότι θα έπρεπε να έχει διευρύνει τους ορίζοντές μας, στην πραγματικότητα τους έχει περιορίσει. Η επιστήμη ενθαρρύνει την έρευνα και τη μάθηση κι όμως, η ίδια η επιστήμη έχει περιορίσει τον σύγχρονο άνθρωπο να πιστεύει ότι πρέπει να εμπιστεύεται μόνον ό,τι είναι σε θέση να δει με τα φυσικά του μάτια. Υπάρχουν ακόμη και τώρα επιστήμονες που χλευάζουν

την πιθανότητα να υπάρχουν άλλοι κόσμοι, επειδή οι ίδιοι δεν μπορούν να τους καταγράψουν και να τους μετρήσουν με τα επιστημονικά όργανά τους. Τα παιδιά εκπαιδεύονται να πιστεύουν σαν αλήθεια μόνον ό,τι είναι γραμμένο στα επιστημονικά εγχειρίδια και πολλοί ενήλικες παρότι έχουν μπροστά τους ζωντανές πραγματικότητες εξακολουθούν να τις παραβλέπουν με τη δικαιολογία ότι δεν μπορούν να ερμηνευτούν από την επιστήμη.[1]

Η επιστήμη έχει μεθόδους να ερευνά και να αναζητά την αλήθεια. Μια επιστημονική θεωρία γίνεται αποδεκτή μέσα από την επανάληψη και το πείραμα. Κι όμως, βλέπουμε ότι πολλοί επιστήμονες εξακολουθούν να μην αποδέχονται τις παραθανάτιες ή εξωσωματικές εμπειρίες. Αν η επιστήμη δεν είχε αποδεχτεί ότι η γη είναι στρογγυλή και ότι ο ήλιος δεν είναι το κέντρο του πλανητικού μας συστήματος, ποιοι θα ήμασταν σήμερα; Συλλογιστείτε επίσης πόσες από τις εφευρέσεις μας δε θα είχαν επιτευχθεί, αν η επιστήμη δεν εξέταζε την πιθανότητα ύπαρξης υποατομικών σωματιδίων, τα οποία δεν μπορούμε να δούμε με γυμνό οφθαλμό.

Οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι λένε ότι η επιστήμη πρέπει να αφυπνιστεί. Οι επιστήμονες χρειάζεται να αντιληφθούν ότι αν όλα όσα δεν έχουν ακόμα αποκαλυφθεί ήταν ορατά στα μάτια μας, δε θα τους είχαμε ανάγκη να μας βοηθήσουν στην προσπάθεια να τα ανακαλύψουμε. Ο ρόλος των επιστημόνων είναι να μας βοηθήσουν να εξερευνήσουμε το άγνωστο. Ο ρόλος τους είναι να αναλύσουν τα δεδομένα από χιλιάδες ή εκατομμύρια περιπτώσεις, έτσι ώστε να στοιχειοθετήσουν μια υπόθεση ή μια θεωρία, την εγκυρότητα της οποίας θα πρέπει στη συνέχεια να εξετάσουν και να επιβεβαιώσουν ή να απορρίψουν. Γιατροί, όπως ο Ρέϊμοντ Μούντι και άλλοι, παρουσίασαν στοιχεία τα οποία φαίνεται να επαναλαμβάνονται ξανά και ξανά. Για να επιβεβαιώσουμε τα δεδομένα που έχουμε στη

---

1 Σημ. μετ. τα αναστενάρια

διάθεσή μας, πρέπει να τα περάσουμε «από μικροσκόπιο». Η εξέταση όμως αυτών των δεδομένων μπορεί και θα πρέπει να γίνει μόνο σε ατομικό επίπεδο, έτσι ώστε ο καθένας μας να έχει τη δική του προσωπική εμπειρία.

Τα τελευταία είκοσι χρόνια, φθάνουν στα χέρια μας μαρτυρίες για κόσμους πέραν του φυσικού, που καταγράφονται από γιατρούς, επιστήμονες ή και απλούς ανθρώπους με ανοιχτό μυαλό και επιβεβαιώνουν ορισμένα θεολογικά κείμενα που μιλούν για την ύπαρξη ανώτερων βασιλείων ύπαρξης πέρα από το φυσικό κόσμο στον οποίο ζούμε και τον οποίο αντιλαμβανόμαστε με τα αισθητήριά μας όργανα. Έχουμε όμως την τάση να περιορίζουμε τη σκέψη μας και να πιστεύουμε ότι μπορούμε να εισέλθουμε σ᾽ αυτά τα ανώτερα βασίλεια μόνο μετά το θάνατό μας. Δεδομένου όμως ότι αυτές οι περιοχές συνυπάρχουν και εξελίσσονται ταυτόχρονα μ᾽ εμάς, είναι απορίας άξιο γιατί πιστεύουμε ότι δεν μπορούμε να τις επισκεφτούμε εδώ και τώρα. Κάποτε ο άνθρωπος δεν φανταζόταν ότι θα ήταν ποτέ δυνατό να πατήσει το πόδι του στη σελήνη κι όμως αυτό έγινε πραγματικότητα. Χρειάζεται λοιπόν να αφυπνιστούμε και να ανακαλύψουμε τις Πνευματικές περιοχές που βρίσκονται κρυμμένες μέσα μας και να ανακαλύψουμε την απεραντοσύνη της Δημιουργίας του Θεού.

Πώς όμως γίνεται να αφυπνιστούμε; Είναι κάτι που μπορεί να κάνει ο καθένας μας; Ευτυχώς, αυτή η εμπειρία της αφύπνισης δεν είναι αποκλειστικό προνόμιο των ανθρώπων που βίωσαν παραθανάτιες εμπειρίες. Δεν είναι απαραίτητο να υποστούμε κάποιο φυσικό τραυματισμό για να εγκαταλείψουμε το σώμα μας. Μέσα στους αιώνες, υπήρξαν πολλοί που έχουν αναφέρει ότι εισήλθαν σε περιοχές Φωτός, χρησιμοποιώντας ευκολότερες μεθόδους. Τέτοιες μέθοδοι είναι ο διαλογισμός ή Εσωστροφή ή νοερή προσευχή ή όπως αλλιώς θέλετε να τις ονομάσετε. Όμως, για να μάθουμε την τεχνική, έχουμε ανάγκη κάποιον που να έχει ο ίδιος ταξιδέψει σ᾽ αυτές τις περιοχές. Μπορούμε να μάθουμε την τεχνική που εκείνος χρησιμοποίησε με επιτυχία και να τη δοκιμάσουμε κι εμείς οι ίδιοι.

Όσοι ταξίδεψαν σ᾽ αυτές τις περιοχές άφησαν πίσω τους καταγραφές των βιωμάτων και των εμπειριών τους. Σήμερα τους ονομάζουμε αγίους, μύστες και προφήτες. Είναι εκείνοι που έδειξαν και σ᾽ εμάς το δρόμο που ακολούθησαν. Προσωπικά, έμαθα την τεχνική για το ταξίδι στις Εσωτερικές περιοχές από δυο μεγάλους αγίους, που οι ίδιοι ήταν άριστοι γνώστες αυτής της τεχνικής, τον Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Η μέθοδος που μου δίδαξαν είναι ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως και τη Μουσική των Σφαιρών.

Ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως και τον Θείο Ήχο

Τι είναι ο διαλογισμός; Ο διαλογισμός είναι μια διαδικασία αυτοσυγκέντρωσης. Είναι μια διαδικασία που μπορεί να ασκηθεί από τον καθένα, ανεξάρτητα από την ηλικία του. Ο ***διαλογισμός***, σύμφωνα με αυτούς που μελετούν την "Επιστήμη της Πνευματικότητας", είναι μια ***διαδικασία απόσυρσης της προσοχής από τον εξωτερικό κόσμο και συγκέντρωσής της στον Τρίτο Οφθαλμό***. Εστιάζοντας εκεί την προσοχή μας, ερχόμαστε σε επαφή με ένα Ρεύμα Φωτός και Ήχου, το οποίο μας οδηγεί από τη φυσική μας συνειδητότητα σε μια ανώτερη συνειδητότητα, μέσα στο υπερπέραν. Θα ήθελα σήμερα να μοιραστώ μαζί σας αυτά που έχουν πει οι μεγάλοι άγιοι, οι μύστες και οι Πνευματικοί δάσκαλοι για το Φως και τον Ήχο του Θεού και τις Περιοχές του υπερπέραν και μετά να περιγράψω τη μέθοδο διαλογισμού που χρησιμοποίησαν για να ταξιδέψουν εκεί. Λέγεται ότι η ψυχή είναι μια σταγόνα Θεϊκής ουσίας. Μόλις συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε ψυχές και συγκεντρώσουμε την προσοχή μας σε ένα σημείο μέσα στο σώμα που είναι γνωστό ως "Έδρα της ψυχής" ή "Τρίτος Οφθαλμός" η ψυχή μας θα έρθει σε επαφή με το ρεύμα του Φωτός και του Ήχου που πάλλεται στο σημείο αυτό. Το Θείο Φως και ο Θείος Ήχος ή Μουσική των Σφαιρών, είναι ο "Λόγος", η δημιουργική δόνηση η οποία εκπορεύεται από το Θεό και έφερε σε

ύπαρξη ολόκληρη τη Θεϊκή Δημιουργία και τον άνθρωπο. Στις θρησκευτικές παραδόσεις, ο Θείος Ήχος περιγράφεται με διάφορα ονόματα. Στις αρχαίες και νεότερες Ινδουιστικές Γραφές αναφέρεται σαν *Ναντ, Ουνγκίτ, Ανχάντ Σαμπντ, Τζιότι* και *Σρούτι*. Οι Βουδιστές τον ονομάζουν *Ηχητικό Φως*. Οι αρχαίοι Έλληνες φιλόσοφοι το ονομάζουν *Λόγο* ή *Μουσική των Σφαιρών*. Στο Ευαγγέλιο αναφέρεται σαν *Λόγος* ή *Άγιο Πνεύμα*: «*Εν αρχή ην ο Λόγος. και ο Λόγος ην προς τον Θεόν. Και Θεός ην ο Λόγος*». (Ιωαν.1:1). Οι Μουσουλμάνοι τον ονομάζουν *Κάλμα*, οι Σούφι *Μπανγκ-ι-Ασμάνι, Μπάανγκ-ι-Ιλάχι* και *Σάουτ-ι-Σαρμάντι*, οι Ζωροαστριστές *Ζραόσα* και οι Σιχ, *Νάαμ* ή *Σαμπντ*. Αυτός ο Θείος Λόγος, είναι η δημιουργική αρχή που έφερε σε ύπαρξη όλες τις διαφορετικές Περιοχές της Θεϊκής Δημιουργίας.

Μετά την περιοχή του καθαρού Πνεύματος, το Sats Khand, το πρώτο Πνευματικό επίπεδο που δημιουργήθηκε είναι φτιαγμένο, κυρίως από πνεύμα και μικρή ποσότητα ύλης. Ονομάστηκε Υπεραιτιατό Επίπεδο. Κάτω απ' αυτό δημιουργήθηκε ένα επίπεδο με «ίσα μέρη» Πνεύματος και ύλης που είναι γνωστό σαν Αιτιατή Περιοχή ή Αιτιατό Επίπεδο.

Το επόμενο είναι το Αστρικό Επίπεδο, που είναι φτιαγμένο με περισσότερη ύλη και λιγότερο πνεύμα και τελευταίο δημιουργήθηκε το Φυσικό Επίπεδο, το οποίο περιλαμβάνει όλα τα νεφελώματα, τους γαλαξίες, τους πλανήτες, τα άστρα και τη γη και είναι φτιαγμένο, κυρίως από ύλη με μια μικρή μόνο ποσότητα Πνεύματος. Αυτή η δύναμη του Θεού που πηγάζει από το Θεό, ο Λόγος, φθάνει μέχρι το Υλικό Επίπεδο και επιστρέφει πάλι σ' Εκείνον. Όταν η ψυχή αποσυρθεί στον Τρίτο Οφθαλμό, μπορεί να ταξιδέψει πάνω σε αυτό το θείο Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου, να διασχίσει τα ανώτερα επίπεδα και να επιστρέψει στην Πηγή της, την αμιγώς Πνευματική περιοχή, το Βασίλειο των Ουρανών. Η μέθοδος με την οποία η ψυχή έρχεται σε επαφή με το Φως και τον Ήχο μέσα μας ονομάζεται «διαλογισμός» Αυτή η διαδικασία της επιστροφής της ψυχής μας μπορεί να γίνει σε αυτή μας την ενσάρκωση και όχι σε κά-

ποιο άγνωστο μέλλον. [1] Η αιτία που δεν αντιλαμβανόμαστε το Φως και τον Ήχο Εσωτερικά έχει σχέση με την προσοχή μας. ***Η προσοχή είναι η εξωτερική έκφραση της ψυχής***, η ίδια η ψυχή μας.[2]

Η ψυχή αφενός έχει μία Εσωτερική έκφραση που διαποτίζει ολόκληρο το σώμα μέχρι το τελευταίο κύτταρο και του δίνει ζωή, δίνοντάς μας συγχρόνως την επίγνωση ότι είμαστε μονάδες ατομικότητας και αφετέρου έχει μία εξωτερική έκφραση που είναι η «προσοχή» η οποία βγαίνει προς τον έξω κόσμο μέσα από τα πέντε αισθητήριά μας όργανα: τα μάτια, τα αυτιά, τη μύτη, τη γλώσσα και το δέρμα και δραστηριοποιώντας τα αντίστοιχα αισθητήρια μας όργανα, τους δίνει την ικανότητα της γεύσης, της όρασης, της ακοής κλπ. Εάν λοιπόν αποσύρουμε την προσοχή μας (τη ψυχή μας) από τον εξωτερικό κόσμο και την συγκεντρώσουμε στην Έδρα της Ψυχής (τον Τρίτο Οφθαλμό), που εντοπίζεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια, θα έρθουμε σε επαφή με το Θείο Φως και το Θείο Ήχο. Ο Τρίτος Οφθαλμός αναφέρεται μέσα στις ιερές Γραφές με ποικίλα ονόματα, όπως: "*Απλός Οφθαλμός, Τρίτο Μάτι, Δέκατη Πύλη, Ντασουάν Ντουάρ, Ντίβια Τσάκσου, Άγκνια Τσάκρα*" κλπ

Διαλογισμός στη Μουσική των Σφαιρών είναι η απόσυρση της προσοχής μας από τον εξωτερικό κόσμο και η εστίαση της στον Τρίτο Οφθαλμό. Ο Τρίτος Οφθαλμός είναι το σημείο όπου συγκεντρώνουμε την προσοχή μας για να δούμε το Εσωτερικό Φως και να ακούσουμε την Ουράνια Μουσική των Σφαιρών.

Ο πιο ενδεδειγμένος τρόπος για την επίτευξη της γνώσης

1 Είπε ο Ιησούς στους μαθητές του « Είναι τινές των εδώ ισταμένων, οίτινες προ του φυσικού τους θανάτου θα έχουν επιτύχει να ίδωσι (Εσωτερικά) το Λόγο και μέσω αυτού να φθάσουν στο Βασίλειο των Ουρανών ». Ματθ. ιστ:28

2 Σημ. μετ. Αυτό αποτελεί ένα βασικό αξίωμα του μυστικισμού

ότι είμαστε ψυχές είναι οι διάφορες μέθοδοι γιόγκα. Υπάρχουν πολλά συστήματα γιόγκα και τα πλέον γνωστά είναι η *Τζιαν Γιόγκα*, η *Μπάκτι Γιόγκα*, η *Κάρμα Γιόγκα*, η *Λάγια Γιόγκα*, η *Ράτζα Γιόγκα* και η *Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα*. Κάθε τύπος γιόγκα έχει τις δικές του πρακτικές ασκήσεις και τους δικούς του στόχους. Όταν κάποιος σκοπεύει να δοκιμάσει κάποιο σύστημα γιόγκα, είναι σημαντικό να γνωρίσει πρώτα τους στόχους που έχει η καθεμιά μια μορφή γιόγκα και να διαλέξει εκείνη που ταιριάζει στις ανάγκες του. Κάποιες μορφές γιόγκα ασχολούνται με τον "έλεγχο των σωματικών λειτουργιών" και άλλες με την ψυχή. Για να γίνει αυτό πιο αντιληπτό θα αναφέρουμε ότι στο σώμα μας έχουμε δύο ειδών ρεύματα: τα "Κινητικά" και το "Αισθητηριακό" που και τα δύο διατρέχουν, διαποτίζουν και διατηρούν στη ζωή το ανθρώπινό μας σώμα.

Τα **Κινητικά ρεύματα** (πράνες ή βιοενέργεια) μάς κρατούν στη ζωή διατηρώντας τις αυτόνομες λειτουργίες του σώματος, όπως το μεγάλωμα των μαλλιών και των νυχιών, την αναπνοή, την κυκλοφορία του αίματος, την περισταλτικότητα των εντέρων κλπ. Για τον τύπο του διαλογισμού που μας μιλούν οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας δε χρειάζεται να ελέγχουμε τα Κινητικά μας ρεύματα προκειμένου να υπερβούμε τη σωματική μας συνειδητότητα και να συνδεθούμε με το Λόγο την ώρα του διαλογισμού. Μας λένε να αφήνουνε τα Κινητικά ρεύματα να λειτουργούν μόνα τους, χωρίς εμείς να παρεμβαίνουμε σ'αυτά, ώστε να μην επηρεάζεται η λειτουργία των ζωτικών μας λειτουργιών, με τις οποίες επιβιώνουμε στον Υλικό κόσμο. Αντίθετα μας δίνουν τη μεθοδολογία του πώς να αποσύρουμε από το σώμα το Αισθητηριακό ρεύμα και να το συγκεντρώνουμε στην Έδρα του τον Τρίτο Οφθαλμό.[1]

Το **Αισθητηριακό ρεύμα** (ψυχικό ρεύμα ή ψυχή). Το ρεύμα αυτό, η ψυχή μέσα στο υλικό ανθρώπινο σώμα, δημιουργεί,

---

1 Σημ. μετ. Τα Κινητικά ρεύματα μπορούμε να τα καταγράψουμε με το ηλεκτροεγκεφαλογράφημα, το ηλεκτροκαρδιογράφημα, το ηλεκτρομυογράφημα κλπ.

διατηρεί και δραστηριοποιεί δύο λειτουργίες που είναι: 1ον) η *συνειδητότητα* ή *επίγνωση* και 2ον) η *προσοχή*.

* "Συνειδητότητα" είναι μια "Εσωτερική έκφραση της ψυχής", που σημαίνει ότι μας δίνει την ***επίγνωση του χρόνου και του χώρου*** μέσα στο οποίο βρίσκεται το σώμα μας.

* "Προσοχή" είναι η "Εξωτερική έκφραση της ψυχής" δηλαδή αυτό που μας δίνει την ικανότητα να ***γνωρίζουμε το περιβάλλον μας μέσα από τα πέντε αισθητήρια μας όργανα***. Η προσοχή κάνει δυνατή τη λειτουργία των αισθητηρίων μας οργάνων. Μας δίνει την ικανότητα των αισθήσεων : της όρασης, της ακοής, της όσφρησης, της γεύσης και της αφής. Είναι δηλαδή χάρη στο Αισθητηριακό ρεύμα (της ψυχής μας) που ενεργοποιούνται τα αισθητήριά μας όργανα και μπορούμε να βλέπουμε, να ακούμε ήχους, να μυρίζουμε μεθυστικά αρώματα, να γευόμαστε θεσπέσιες γεύσεις και να απολαμβάνουμε αισθησιακές εμπειρίες μέσω της αφής. Με παρόμοιο τρόπο, αν αποσύρουμε από τον εξωτερικό κόσμο το αισθητηριακό μας ρεύμα (ψυχή) και το συγκεντρώσουμε στον Τρίτο Οφθαλμό που είναι η θύρα του Αστρικού κόσμου, θα είμαστε σε θέση να δούμε και να ακούσουμε με το Εσωτερικό μας μάτι και το Εσωτερικό αυτί και να αντιληφθούμε τις πραγματικότητες του Αστρικού κόσμου και αργότερα να ταξιδέψουμε στα ακόμα ανώτερα Εσωτερικά βασίλεια.[1]

Η διαδικασία του διαλογισμού, είναι ίδια με εκείνη που συντελείται την ώρα του θανάτου, γι᾽ αυτό και η διαδικασία του διαλογισμού αναφέρεται ως «θάνατος εν ζωή». Οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι λένε ότι, την ώρα που πεθαίνει κανείς, το Αισθητηριακό ρεύμα της ψυχής, αρχίζει σταδιακά να αποσύρεται από το σώμα με αποτέλεσμα να αρχίζουν να μουδιάζουν τα πόδια του. Κατόπιν μουδιάζει ο κορμός και τα χέρια του και

1 Σημ. μετ. Η ψυχή ή ψυχικό ρεύμα έχει και μια τρίτη δύναμη: Δίνει τη δυνατότητα στα Κινητικά ρεύματα να λειτουργούν και να διατηρούν το σώμα στη ζωή. Όταν φύγει η ψυχή από το σώμα παύουν να λειτουργούν και τα Κινητικά ρεύματα και το σώμα διαλύεται.

τελικά η ψυχή συγκεντρώνεται στον Τρίτο Οφθαλμό. Τη στιγμή του θανάτου τα μάτια στρέφονται προς τα πάνω και μετά προς τα κάτω. Με τον ίδιο τρόπο η ψυχή αποσύρεται από το σώμα και συγκεντρώνεται στην έδρα της, τον Τρίτο Οφθαλμό και στη συνέχεια εγκαταλείπει το σώμα και κατευθύνεται προς τον Αστρικό κόσμο.[1]

Την ώρα της μύησης, ο Πνευματικός μας Διδάσκαλος μας καθοδηγεί στη διαδικασία του διαλογισμού. Δηλαδή μας βοηθάει να αποσύρουμε την προσοχή μας από το σώμα και να την καθηλώσουμε στην Έδρα της Ψυχής (Τρίτο Οφθαλμό). Με αυτό τον τρόπο, σύμφωνα με τα πιο πάνω, μας ανοίγει το Εσωτερικό μάτι και το Εσωτερικό αυτί, έτσι ώστε να μπορέσουμε να δούμε το θείο Φως και να ακούσουμε την *Αρμονία των Αρμονιών*. Όταν πλέον υπερβούμε τη σωματική μας συνειδητότητα, μας οδηγεί να εξερευνήσουμε τον Αστρικό κόσμο και τις άλλες Πνευματικές περιοχές της Θεϊκής Δημιουργίας.

Η μέθοδος διαλογισμού που διδάσκουν οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας ονομάζεται *Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα*. «*Σούρατ*» σημαίνει προσοχή ή ψυχή. «*Σαμπντ*» είναι το Ηχητικό Ρεύμα και «*Γιόγκα*» σημαίνει σύνδεση ή ένωση. Κατά λέξη λοιπόν σημαίνει την ένωση της ψυχής μας με το Ηχητικό Ρεύμα, προκειμένου η ψυχή να επανενωθεί με το Θεό. Η γιόγκα γενικά, πραγματεύεται την ένωση ή τη σύνδεση της ψυχής με το Θεό. Με ορισμένες μορφές γιόγκα ενεργοποιούνται ή αφυπνίζονται συγκεκριμένα ενεργειακά κέντρα με αποτέλεσμα να απελευθερώνονται στο σώμα λανθάνουσες μορφές ενέργειας[2], οι οποίες στη συνέχεια ενεργοποιούν άλλα ενεργειακά κέντρα, μέχρι που κάποτε να ενεργοποιηθεί και αυτό του Τρίτου Οφθαλμού. Στη Σούρατ Σαμπτ Γιόγκα ο στόχος είναι η υπέρβαση αυτών των κατώτερων κέντρων και η συγκέντρωση της Σούρατ (*ψυχής*) κατευθείαν στον Τρίτο

---

1 *Σημ. μετ. Αυτό δεν συμβαίνει την ώρα του ύπνου όπως κακώς νομίζεται*

2 *Σημ. μετ. γκουνταλίνη*

Οφθαλμό, που είναι η πύλη εισόδου της ψυχής στις Πνευματικές Περιοχές του υπερπέραν.

Το υλικό μας σώμα έρχεται σε επαφή με το λεπτοφυές Αιθερικό μας σώμα, με τους λεγόμενους *Αιθερικούς* ή *βιοενεργειακούς σωλήνες* ή *Νάντις*. Οι σωλήνες αυτοί βρίσκονται με μορφή πλεγμάτων και είναι κατασκευασμένοι από Αιθερική ύλη. Μέσα από αυτά τα δίκτυα των Νάντις κυκλοφορούν οι λεπτοφυείς *πράνες* ή ζωογόνες δυνάμεις ή βιοενέργεια ή Κινητικά ρεύματα όπως αυτά προαναφέρθηκαν. Οι πράνες κυκλοφορούν μέσα στους Νάντις του λεπτοφυούς Αιθερικού σώματος, ακριβώς όπως κυκλοφορεί το αίμα στις αρτηρίες και τις φλέβες του φυσικού μας σώματος. Υπάρχουν τρεις σημαντικοί πρωτεύοντες Αιθερικοί σωλήνες, που ονομάζονται *Ίντα, Πινγκάλα* και *Σουσμάνα*. Ο Σουσμάνα διατρέχει το ανθρώπινο σώμα κατά μήκος του μέσου της σπονδυλικής του στήλης. Ο Ίντα είναι από την αριστερή πλευρά της και ο Πινγκάλα από τη δεξιά πλευρά της. Οι σωλήνες αυτοί αντιστοιχούν και δίνουν ζωή στο συμπαθητικό και το παρασυμπαθητικό νευρικό σύστημα. Τα κομβικά σημεία στα οποία διασταυρώνονται τα πλέγματα των Αιθερικών σωλήνων ονομάζονται «*Τσάκρα*» ή «*Πάντμα*». Τσάκρα στα Σανσκριτικά σημαίνει "τροχός" και αναφέρεται στην "ορμή του περιστρεφόμενη τροχού" που συμβολίζεται στις Ινδικές παραδόσεις με το σχήμα του λωτού. Ο λωτός συμβολίζει την ανάπτυξη μιας ορμητικής δύναμης που βιώνουμε όταν αφυπνιστούν τα τσάκρα. Τα τσάκρα είναι βιοενεργειακά κέντρα που βρίσκονται στο σώμα μας και δέχονται βιοενέργεια από τον Αιθερικό κόσμο (*το κατώτερο μέρος του Αστρικού πεδίου*). Το κάθε τσάκρα είναι μια περιστρεφόμενη ενεργειακή δίνη, που αντιστοιχεί στα νευρικά γαγγλιακά πλέγματα του φυσικού μας σώματος, χωρίς όμως να αποτελούν υλικά σημεία του σώματος.

Υπάρχουν πέντε κύρια τσάκρα που το καθένα από αυτά σχετίζεται με μία ορισμένη σωματική λειτουργία, ενώ ένα έκτο τσάκρα οδηγεί στα Πνευματικά βασίλεια του υπερπέραν. Το πρώτο τσάκρα είναι το "*Γκούντα Τσάκρα*" που λέγεται ότι

βρίσκεται στη βάση της σπονδυλικής στήλης. Το δεύτερο είναι το "*Ιντρι Τσάκρα*" που αντιστοιχεί στα όργανα αναπαραγωγής. Μετά είναι το "*Νάμπι Τσάκρα*" ή Κέντρο του Ομφαλού και στη συνέχεια. είναι το "*Χρίντεϊ Τσάκρα*" που εντοπίζεται στην περιοχή της καρδιάς. Το πέμπτο τσάκρα είναι το "*Κανθ Τσάκρα*" που αντιστοιχεί στην περιοχή του λαιμού και τέλος υπάρχει και ένα έκτο τσάκρα, που είναι μια πόρτα προς τα Πνευματικά βασίλεια και ονομάζεται "*Αγκνια* ή *Άγγια Τσάκρα*" και που είναι επίσης γνωστό ως *Τρίτος* ή *Απλός Οφθαλμός* και βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια.

Σε ορισμένες μορφές γιόγκα η προσοχή επικεντρώνεται διαδοχικά σε καθένα από τα πέντε κατώτερα τσάκρα. Αυτού του τύπου η συγκέντρωση μπορεί να ενεργοποιήσει τα κέντρα αυτά, με αποτέλεσμα, πρώτα να έχουμε σημαντικά οφέλη στις λειτουργίες του σώματος που αντίστοιχα το καθένα από αυτά τα κέντρα εποπτεύει και δεύτερον, να ενεργοποιήσει υπερφυσικές Αστρικές δυνάμεις, ή Σίντις όπως λέγονται.[1]

Ο τελικός στόχος αυτών των μορφών γιόγκα είναι να υπερβούμε το φυσικό σώμα και να επιτύχουμε κοσμική ή αλλιώς Πνευματική συνειδητότητα ή υπερσυνειδητότητα.

Το μόνο τσάκρα μέσω του οποίου μπορεί κάποιος να υπερβεί το φυσικό του σώμα είναι το έκτο τσάκρα ή *Άγκνια Τσάκρα* ή *Τρίτος* ή *Απλός Οφθαλμός*, που αποτελεί μια πύλη εισόδου στο υπερπέραν. Στη Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα το τσάκρα που χρησιμοποιούμε για αυτοσυγκέντρωση είναι ο Τρίτος Οφθαλμός, δεδομένου ότι αυτό είναι το ανώτερο τσάκρα στο σώμα.

Με δεδομένο ότι κατά το διαλογισμό η ψυχή πρέπει να περάσει μέσα από όλα αυτά τα τσάκρα, προκειμένου να υπερβεί το σώμα και να έχει εμπειρία των Εσωτερικών Περιοχών,

---

1 Σημ. μετ. Αυτό γίνεται όταν η συγκεντρωμένη στα διάφορα τσάκρα προσοχή, δημιουργήσει μία συνεχή ροή συνειδητότητας με τις Αστρικές περιοχές, τις οντότητες και τις δυνάμεις που αντιστοιχούν σε αυτά τα συγκεκριμένα τσάκρα και το άτομο γίνει δέκτης αυτών των δυνάμεων.

οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας (*για να κερδίσουμε χρόνο*) μας ζητούν να συγκεντρωνόμαστε κατευθείαν στο ανώτερο σημείο, στον Τρίτο Οφθαλμό, απ' όπου η ψυχή είναι υποχρεωμένη να περάσει προτού υπερβεί το σώμα. Μας λένε πως, αφού η ζωή είναι τόσο σύντομη και στη διάθεσή μας έχουμε μόνο κάποιο περιορισμένο χρόνο, γιατί να τον σπαταλάμε και να αρχίζουμε τη συγκέντρωσή μας από τα κατώτερα τσάκρα κι από κει να περάσουμε διαδοχικά στα επόμενα, όταν στον ίδιο χρόνο μπορούμε να πάμε κατευθείαν στο ανώτερο τσάκρα; Μας ζητούν λοιπόν να αρχίσουμε την αυτοσυγκέντρωσή μας από το ανώτερο τσάκρα, τον Τρίτο Οφθαλμό, ώστε να μπορέσουμε να φτάσουμε συντομότερα στο στόχο μας.

Ο διαλογισμός όπως μας τον υποδεικνύουν οι μεγάλοι Διδάσκαλοι, είναι στην πραγματικότητα μια διαδικασία αυτοσυγκέντρωσης, τόσο απλή και φυσική, που μπορεί να ασκηθεί από ένα μικρό παιδί όπως κι από έναν ηλικιωμένο. Από έναν υγιή όπως κι από έναν που παρουσιάζει κάποια σωματική αναπηρία. Δεν απαιτούνται ασάνες δηλαδή δύσκολες στάσεις του σώματος ή άλλου τύπου αυστηρές σωματικές πειθαρχίες, που είναι προϋποθέσεις για άλλα είδη διαλογισμού.

Όταν υπερβούμε τη σωματική συνειδητότητα, διασχίζουμε αρχικά μια ενδιάμεση περιοχή στην οποία συναντούμε Εσωτερικά Άστρα, την Εσωτερική Σελήνη και τον Εσωτερικό Ήλιο (Αιθερική Περιοχή) και στη συνέχεια μπαίνουμε στην Αστρική Περιοχή. Εκεί ταξιδεύουμε και επικοινωνούμε με ένα σώμα ελαφρύτερο από το φυσικό σώμα, που λέγεται Αστρικό σώμα. Η επόμενη Περιοχή είναι η Αιτιατή Περιοχή, όπου αποβάλλουμε το Αστρικό σώμα και ταξιδεύουμε με το Αιτιατό σώμα. Αυτή η Περιοχή είναι πιο λεπτή και γεμάτη από περισσότερο Φως και μακαριότητα από ότι το Αστρικό Επίπεδο. Πέρα από την Αιτιατή είναι η Υπεραιτιατή Περιοχή, όπου αποβάλλουμε το Αιτιατό μας σώμα. Εκεί εμφανιζόμαστε ως ψυχές που σκεπάζονται μόνο από ένα λεπτό κάλυμμα ψευδαίσθησης (maya) ή Πέπλο της Μακαριότητας όπως λέγεται. Σ' αυτό το στάδιο

αντιλαμβανόμαστε ότι είμαστε ψυχές και τότε η ψυχή μας "φωνάζει" με αγαλίαση «*So hang*» που σημαίνει «*Εγώ είμαι Εσύ Κύριε*» και αυτή η συνειδητοποίηση, αυτή η εμπειρία της ψυχής είναι που στο μυστικισμό ονομάζεται «Αυτογνωσία».[1]

Μετά την Υπεραιτιατή Περιοχή η ψυχή φτάνει σε μια αμιγώς Πνευματική Περιοχή, όπου αποβάλλεται και το τελευταίο της κάλυμμα, αυτό της "Ευδαιμονίας". Η ψυχή εμφανίζεται εκεί ως αγνό Φως, σαν αγνή συνειδητότητα και αγνή Αγάπη και συγχωνεύεται ξανά με την Πηγή απ' όπου προήλθε. Η ψυχή συγχωνεύεται με την Υπερψυχή και αυτή η συγχώνευση ονομάζεται «Θέωση».

Το Πνευματικό Μονοπάτι είναι ένα ταξίδι που μετά το τέλος του, η ψυχή ανακτά την αγνή αρχέγονη υπόστασή της, που είναι μακαριότητα, Αγάπη, σοφία και συνειδητότητα. Αυτή είναι η αληθινή της φύση. Ο λόγος που έχουμε ξεχάσει την αληθινή μας υπόσταση, την αληθινή μας ταυτότητα, είναι επειδή η ψυχή περιβλήθηκε από το σώμα, το νου και την ψευδαίσθηση του φυσικού κόσμου. Έχουμε παγιδευτεί τόσο πολύ σ' αυτόν τον κόσμο, ώστε να "κοιμόμαστε" στο επίπεδο της ψυχής. Όταν αφυπνιζόμαστε πνευματικά, με τη βοήθεια ενός Διδασκάλου, που μας ξυπνάει από το λήθαργό μας, αποκτάμε επίγνωση της αληθινής μας φύσης και αντιλαμβανόμαστε ότι το Αληθινό μας Σπίτι, βρίσκεται στα Πνευματικά Βασίλεια.

Μόλις ανακτήσουμε την Εσωτερική γνώση, βλέπουμε τη ζωή από άλλο πρίσμα. Συνειδητοποιούμε ότι αυτός ο κόσμος είναι ένα προσωρινό σπίτι όπου διαμένουμε μόνο για λίγο καιρό. Όταν φτάσει το τέλος της φυσικής μας ύπαρξης, είμαστε αναγκασμένοι να εγκαταλείψουμε το σώμα και τότε η ψυχή έρχεται και επανέρχεται σ' αυτόν τον κόσμο επί αιώνες, μέσω μιας αλληλοδιαδοχής γεννήσεων και θανάτων. Τελικά όμως,

---

1 Σημ. μετ. Αυτό που λέμε αυτογνωσία στον καθημερινό μας λόγο είναι κάτι που έχει σχέση με το νου και δεν είναι η Αυτογνωσία όπως την εννοούν οι μυστικιστές

κάποτε το πνεύμα ξυπνάει και η ψυχή λαχταράει να επιστρέψει στην Αληθινή της Πατρίδα.

Τώρα είναι η ώρα να αφυπνιστούμε

Ο Μπάμπα Φαρίντ, ένας μεγάλος Σούφι άγιος, είπε:

«Το πουλί της ζωής δεν είναι παρά ένας επισκέπτης
στου κόσμου το περιβόλι.
Τα τύμπανα ηχούν από το χάραμα, προαιωνίζοντας την αναχώρηση.
Γι' αυτό εσύ προετοιμάσου για το μεγάλο ταξίδι»

Ο Τούλσι Σαχίμπ από τη Χάθρα έχει γράψει επίσης:

«Τι αξία μπορεί να έχει τούτη η ζωή,
όταν είμαστε χωρισμένοι από Αυτόν που είναι μέσα μας;
Αλίμονο, ο κόσμος είναι τυφλός σα να έχει καταρράκτη»

Πολλοί ρωτάνε: «Τι διαφορά υπάρχει αν επισκεφθούμε τώρα αυτούς τους Εσωτερικούς κόσμους και όχι μετά το θάνατό μας; Γιατί θα πρέπει να τους αναζητήσουμε τώρα;» Για όσους έχουν έρθει σε επαφή με την ομορφιά, τη μακαριότητα και τη χαρά αυτών των κόσμων, η ερώτηση αυτή μοιάζει με την απορία ενός ανθρώπου που κοιμάται. Είναι δηλαδή σα να λέει: «Όταν κοιμάμαι και ονειρεύομαι είμαι ευχαριστημένος, γιατί θα πρέπει να ξυπνήσω και να παραμένω ξυπνητός, αφού μπορώ να συνεχίσω να ζω στον ονειρικό μου κόσμο ξαπλωμένος πάνω σε ένα κρεβάτι, για την υπόλοιπη ζωή μου;» Η πραγματική φύση των Εσωτερικών κόσμων, όταν συγκριθούν με το φυσικό, είναι το ίδιο σα να συγκρίνει κανείς την καθημερινή μας ζωή με τον ύπνο. Αυτός ο κόσμος δεν είναι παρά μια ψευδαίσθηση, μια φευγαλέα αντανάκλαση αυτών που υπάρχουν στο υπερπέραν. Το φως αυτού του κόσμου δεν είναι παρά

ένα αμυδρό αντιφέγγισμα του Εσωτερικού Φωτός, του Φωτός των κόσμων του υπερπέραν. Αυτό που θεωρούμε συνειδητό σ᾽ αυτόν τον κόσμο μοιάζει με όνειρο, συγκρινόμενο με την υπερσυνειδητότητα ή μάλλον την πραγματική συνειδητότητα που βιώνουμε στα Πνευματικά βασίλεια. Όσο προοδεύουμε γινόμαστε πανσυνειδητοί, που σημαίνει ότι γινόμαστε συνειδητοί συνεργάτες του Θείου σχεδίου. Η συνειδητότητά μας διευρύνεται μέχρι που, όταν τελικά συγχωνευτούμε με το Θεό, αποκτάμε Θεϊκή συνειδητότητα, που είναι η ύψιστη κατάσταση Γνώσης και Φώτισης. Γνωρίζουμε όλα όσα μπορούν να γίνουν γνωστά. Αυτή όμως δεν είναι γνώση που αποκτιέται στο επίπεδο της διάνοιας. Είναι γνώση πλημμυρισμένη από Θεία μακαριότητα και Αγάπη. Ζούμε και υπάρχουμε σε κατάσταση μόνιμης και διαρκούς ευδαιμονίας και Αγάπης, μια κατάσταση που δε γνωρίζει τέλος.

Όταν αφυπνιζόμαστε πνευματικά, ανακαλύπτουμε ότι ο νόμος που κυβερνάει τα πνευματικά βασίλεια είναι ο νόμος της Αγάπης. Για να εισέλθει κάποιος Εσωτερικά, πρέπει να έχει αγνή καρδιά και να νιώθει Αγάπη για όλους. Μόλις βρούμε το κλειδί, θα ζούμε στη γη αγαπώντας τους πάντες και τα πάντα. Όπως είπε και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ σε κάποιους στίχους του:

«Μια καρδιά, χτυπάει σε κάθε άτομο. Η ατμόσφαιρα
αναπνέει, ενώ ακόμα κι η σκόνη έχει ζωή.
Γι αυτό περπάτα ανάλαφρα μην και πληγώσεις καμιά
καρδιά κι᾽ ανάσαινε απαλά, μην και ταράξεις την ησυχία
κανενός πλάσματος.»

Όταν αφυπνιστούμε πνευματικά, θα γίνουμε ενσαρκώσεις της Αγάπης. Όλοι όσοι βίωσαν παραθανάτιες εμπειρίες αναφέρουν ότι το ένα και μοναδικό μάθημα που πήραν ήταν το μάθημα της Αγάπης, το οποίο τους άλλαξε τη ζωή. Έγιναν περισσότερο τρυφεροί και ένιωθαν λιγότερο προσκολλημένοι, δείχνοντας λιγότερο ενδιαφέρον για το περαστικό θέαμα της ζωής. Η Πνευματική μας αφύπνιση θα μεταμορφώσει τη ζωή

μας και τη ζωή των γύρω μας. Αν ο καθένας μας αφυπνιζόταν Πνευματικά, ολόκληρος ο κόσμος θα πλημμύριζε από Αγάπη.

Είναι ένα πείραμα που αξίζει τον κόπο να το δοκιμάσουμε. Τα αποτελέσματά του θα μεταμορφώσουν ολόκληρη τη ζωή μας και θα τη γεμίσουν μακαριότητα, γαλήνη και Αγάπη. Το πείραμα αρχίζει μαθαίνοντας την τέχνη του διαλογισμού στο Εσωτερικό Φως και στον Ήχο. Η μέθοδος είναι στη διάθεση όλων όσοι επιθυμούν να επωφεληθούν απ᾽ αυτήν. Τότε κι εμείς, όπως η Ωραία Κοιμωμένη, θα μπορέσουμε να ξυπνήσουμε από το λήθαργό μας και να νιώσουμε τη χαρά και την ευτυχία στο υπόλοιπο της ζωής μας.



5. Ο μυστικισμός στο σύγχρονο κόσμο

Ο μυστικισμός, όταν κατανοηθεί σωστά, είναι μια παγκόσμια θεμελιώδης προσέγγιση για την επίτευξη μιας ολοκληρωμένης και ευτυχισμένης ζωής. Σ᾽ έναν κόσμο που έχει πραγματοποιήσει τεράστια πρόοδο στον επιστημονικό και τεχνολογικό τομέα, η πρόκληση που ανοίγεται μπροστά μας, ατομικά και συλλογικά, είναι να πραγματοποιήσουμε μία ανάλογη πρόοδο και στη σφαίρα του Πνεύματος.

Για τον καθένα από εμάς, έχει οριστεί ένα περιορισμένο χρονικό διάστημα παραμονής μας στη γη. Στη διάρκεια αυτού του χρόνου έχουμε μια μοναδική ευκαιρία να ερευνήσουμε το σκοπό για τον οποίο γεννηθήκαμε και να προσπαθήσουμε να καταλάβουμε το νόημα της ίδιας της ζωής. Η επιθυμία να διερευνά και να κατανοεί κανείς τα φαινόμενα, φαίνεται να είναι έμφυτη στον άνθρωπο. Οι επιστήμονες είναι αφιερωμένοι στην επίτευξη αυτού του στόχου, αλλά το πεδίο της έρευνάς τους περιορίζεται μόνο σε πράγματα υλικά και διανοητικά. Όμως μέσα στους αιώνες που πέρασαν, οι άγιοι και οι μύστες έχουν διαλευκάνει τα μυστήρια της ζωής και του θανάτου και έχουν ανακαλύψει ότι η πλήρης κατανόηση του λόγου της παρουσίας μας πάνω σε αυτή τη γη μπορεί να επιτευχθεί μόνο στο πνευματικό επίπεδο. Η πνευματική έρευνα, επειδή αφορά βασίλεια ύπαρξης που υπερβαίνουν αυτό το φυσικό επίπεδο, μοιάζει μυστηριώδης. Γι᾽ αυτό και η προσέγγιση της Εσωτερικής πραγματικότητας και Αλήθειας έγινε γνωστή ως «*μυστικισμός*». Εντούτοις, άγιοι όπως ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν, ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, υπέδειξαν στο σύγχρονο άνθρωπο μια μορφή μυστικισμού που δεν είναι μυστηριώδης ούτε αρνείται τη ανθρώπινη επιθυμία για ζωή. Αντίθετα, είναι μια μέθοδος απλή και κατανοητή που μπορεί να μας εξασφαλίσει μία ευχάριστη γήινη ζωή. Η μεθοδολογία αυτών των Διδασκάλων είναι τόσο απλή και πρακτική, που έχει επιτρέψει τα τελευταία χρόνια σε χιλιάδες ανθρώπους σ᾽ ολόκληρη την υφήλιο να ζουν μ᾽ έναν ολοκληρωμένο και πα-

ραγωγικό τρόπο μέσα στον κόσμο και ταυτόχρονα να εργάζονται για την επίτευξη των πνευματικών τους στόχων.

Ο μυστικισμός συχνά θεωρείται σαν κάτι που αντίκειται στον πρακτικό, καθημερινό τρόπο διαβίωσης. Αυτό όμως αποτελεί μία σφαλερή αντίληψη. Στην πραγματικότητα, τίποτα δεν μπορεί να προάγει καλύτερα την ανθρώπινη ευτυχία και τη γνώση της αλήθειας. Το βασικό αξίωμα του μυστικισμού είναι ότι ***κάθε άνθρωπος είναι στην πραγματικότητα μια ψυχή που φιλοξενείται και κατοικεί σε ένα φυσικό σώμα για κάποια μικρή χρονική περίοδο***, η οποία ενδέχεται να διαρκέσει είκοσι, σαράντα, εξήντα, ογδόντα ή ακόμα και εκατό χρόνια. Όμως πολύ γρήγορα, είναι βέβαιο ότι ο καθένας μας θα πεθάνει και θα εγκαταλείψει αυτό τον κόσμο.

Από πού ήρθε όμως η ψυχή μας πριν κατοικήσει σ' αυτό τον κόσμο; Ποιος είναι ο σκοπός αυτού του κόσμου και της παρουσίας της ψυχής πάνω σ' αυτόν; Αυτά τα ερωτήματα είναι θεμελιώδη προκειμένου να κατανοήσουμε την ανθρώπινη ύπαρξή μας. Οι μύστες είναι τα φωτισμένα εκείνα όντα που έχουν ψάξει κι έχουν βρει τις απαντήσεις σ' αυτά τα ερωτήματα και μας λένε ότι ***σκοπός της ανθρώπινης ύπαρξης είναι να ενώσουμε ξανά την ψυχή μας με το Δημιουργό***. Για το σκοπό αυτό οι ίδιοι προσφέρονται να μας διδάξουν κάποια μέθοδο για να αποκτήσουμε τη δυνατότητα να τον πετύχουμε.

Μέσα στους αιώνες, έχουν προταθεί πολλές μέθοδοι για την επίτευξη αυτής της ένωσης. Όμως στο κόσμο που εμείς ζούμε σήμερα, χρειαζόμαστε μια κάποια μέθοδο που να είναι σύμφωνη με την πραγματικότητα του σύγχρονου τρόπου ζωής. Μια τέτοια προσέγγιση θα προσφέρει απεριόριστες δυνατότητες βελτίωσης και της δικής μας ζωής και της ζωής όλων των ανθρώπων σ' ολόκληρο τον πλανήτη.

Οι μεγάλοι Πνευματικοί Διδάσκαλοι μας λένε ότι μπορούμε να αποκτήσουμε τη γαλήνη, την αρμονία, την Αγάπη και την μακαριότητα που αναζητούμε τόσο απελπισμένα και συγχρόνως να αποτελέσουμε μέρος ενός συνόλου ανθρώπων που φροντίζουν για την ειρήνη και την ενότητα του ανθρώπου σ'

ολόκληρο τον κόσμο. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ ονόμασε αυτή την προσέγγιση «*θετικό μυστικισμό*» σε αντιδιαστολή με τον «*αρνητικό μυστικισμό*», που απαιτεί να εγκαταλείψουμε τον κόσμο προκειμένου να βρούμε το Θεό. Το μονοπάτι του θετικού μυστικισμού λοιπόν, μάς δίνει τη δυνατότητα να πετύχουμε το καλύτερο που έχουν να μας προσφέρουν και οι δύο κόσμοι.

Σήμερα θα ήθελα να μοιραστώ μαζί σας την έννοια του «θετικού μυστικισμού» και να συζητήσουμε τους τρόπους που μπορούμε να επιτύχουμε την Πνευματική μας ανάπτυξη, ενώ παράλληλα αντιμετωπίζουμε τις προκλήσεις των καιρών.

Ο σύγχρονος τρόπος ζωής

Ζούμε σε μια εποχή όπου η ζωή όχι μόνο κινείται με γρήγορους ρυθμούς, αλλά τα πάντα γύρω μας μοιάζουν να τρέχουν. Παρατηρώντας τον εαυτό μας, τους ανθρώπους γύρω μας και αυτά που κάνουμε στη διάρκεια της ημέρας, διαπιστώνουμε ότι εξαρτιόμαστε από το χρόνο και το ρολόι. Οι περισσότεροι ξυπνάμε το πρωί από τον ήχο του ξυπνητηριού, κάποιοι προφθάνουμε να κάνουμε ντους, ντυνόμαστε, τρώμε το πρωινό μας και τρέχουμε να προλάβουμε τη συγκοινωνία ή παίρνουμε το αυτοκίνητό μας για να πάμε στη δουλειά. Καθώς λοιπόν βιαζόμαστε για να φτάσουμε εγκαίρως στη δουλειά μας, το άγχος αρχίζει. Μπορεί να αργήσουμε ένα δυο λεπτά και το λεωφορείο να έχει φύγει, το τραίνο ίσως να έχει καθυστέρηση ή μπορεί να κολλήσουμε στην κίνηση με το αυτοκίνητό μας. Αν υποθέσουμε ότι η δουλειά μας αρχίζει στις οκτώ, καταβάλλουμε μεγάλη προσπάθεια να είμαστε στην ώρα μας. Γενικά, μέσα στη μισή ή τη μία ώρα που απαιτείται για τους περισσότερους από μας για να πάμε στη δουλειά, μάς έχει δημιουργηθεί τρομακτική πίεση και άγχος. Κάπως έτσι αρχίζει η μέρα για τους περισσότερους ανθρώπους σήμερα.

Στη δουλειά, οι περισσότεροι αισθάνονται ότι εργάζονται

πολύ σκληρότερα και αφιερώνουν περισσότερο χρόνο απ᾽ αυτόν για τον οποίον αμείβονται. Ο μισθός που παίρνουμε δε φαίνεται να συμβαδίζει με τον κόπο που οι προϊστάμενοι απαιτούν να καταβάλλουμε. Έτσι, οι περισσότεροι άνθρωποι δεν είναι και πολύ ευχαριστημένοι με το αντικείμενο ή τις συνθήκες εργασίας τους. Αυτό από μόνο του δημιουργεί συνθήκες άγχους και πίεσης στην καθημερινή μας ζωή. Αισθανόμαστε ότι ο φόρτος της εργασίας μας είναι τόσο μεγάλος, που μάς είναι δύσκολο να χαλαρώσουμε και ανυπομονούμε να φτάσει το μισάωρο ή η μια ώρα για το μεσημεριανό ή όποια άλλη στιγμή μάς επιτρέπεται από τη δουλειά μας να κάνουμε διάλειμμα. Μετά, ανυπομονούμε να έρθει η ώρα που επιτέλους, θα επιστρέψουμε σπίτι μας, για να μπορέσουμε να χαλαρώσουμε και να περάσουμε λίγη ώρα με την οικογένειά μας γύρω από το βραδινό τραπέζι ή γενικά μέσα στο σπίτι. Μόλις όμως γυρίσουμε σπίτι, ανακαλύπτουμε ότι η ώρα που πιστεύαμε ότι θα περνούσαμε με ηρεμία δεν έφθασε ακόμα. Έχουμε να φροντίσουμε για διάφορα μικροπράγματα, όπως να πληρώσουμε τους λογαριασμούς μας, να κοιτάξουμε την αλληλογραφία μας και να ασχοληθούμε με άλλες λιγότερο ή περισσότερο βαρετές ασχολίες.

Αν μελετήσουμε την καθημερινότητά μας, θα διαπιστώσουμε ότι έχουμε πολύ λίγο χρόνο στη διάθεσή για να ηρεμήσουμε, να νιώθουμε πλήρεις και να αισθανόμαστε πραγματικά ευτυχισμένοι. Μοιάζει πως, ακόμη κι αν δεν υπάρχει κανένα πρόβλημα, μια νέα πρόκληση θα παρουσιαστεί μπροστά μας. Η ζωή μοιάζει να φέρνει το ένα πρόβλημα μετά το άλλο και καθώς προχωράει, φαίνεται σαν να δυσκολευόμαστε να βρούμε λίγες στιγμές ευτυχίας, γαλήνης και πληρότητας. Έτσι για να νιώσουμε λίγη ηρεμία, πηγαίνουμε διακοπές προκειμένου να ξεφύγουμε από το περιβάλλον μας. Λέμε: «Ωραία, θα αφήσουμε τα προβλήματά μας πίσω και θα πάμε μακριά για να αλλάξουμε παραστάσεις, και να μην είμαστε υποχρεωμένοι να αντιμετωπίσουμε τα καθημερινά μας προβλήματα». Μπορεί να πάμε στη Χαβάη, μπορεί να πάμε στη Φλόριντα, μπορεί να

κάνουμε ένα μακρινό ταξίδι ή μπορεί να πάμε κάπου κοντά, μια δυο ώρες δρόμο με το αυτοκίνητο, κάπου τέλος πάντων που να αισθανόμαστε αποτραβηγμένοι από το συνηθισμένο μας περιβάλλον και να μη βλέπουμε ούτε να ακούμε τα ίδια πράγματα. Αν όμως σκεφθούμε τις διακοπές που κάναμε, θα δούμε ότι όλο και κάτι αρνητικό προέκυψε και μας δημιούργησε κάποιο πρόβλημα. Μπορεί να καθυστέρησε το αεροπλάνο μπορεί να χάλασε το αυτοκίνητο που νοικιάσαμε, μπορεί το μέρος που φιλοξενηθήκαμε να μας κούρασε και η μια ή οι δυο εβδομάδες που είχαμε στη διάθεσή μας να μην ήταν αρκετές για να νιώσουμε πραγματικά ευτυχισμένοι. Μετά επιστρέφουμε στο σπίτι μας, στα ίδια και τα ίδια.

Πώς μπορούμε να αποκτήσουμε διαρκή ειρήνη και μακαριότητα

Καθώς τα χρόνια κυλούν κι εμείς μεγαλώνουμε, αρχίζουμε να σκεφτόμαστε τι μπορούμε να κάνουμε, για να βρούμε λίγη ηρεμία και πληρότητα στη ζωή μας. Όλοι αντιλαμβανόμαστε ότι η ικανοποίηση και η πληρότητα είναι οι προϋποθέσεις που μας δίνουν την ευτυχία, την ηρεμία και τη γαλήνη που όλοι μας αναζητάμε. Έτσι μόλις αρχίσουμε να θέτουμε ερωτήματα για το πού μπορούμε να βρούμε την ευτυχία, θα αρχίσουμε να ψάχνουμε για τις απαντήσεις, αφού είναι στη φύση του ανθρώπου να προσπαθεί να δίνει λύσεις σε κάθε πρόβλημα που συναντάει. Κι αυτή η φύση των ανθρώπων για αναζήτηση είναι η γενεσιουργός αιτία για την πρόοδό μας στον εξωτερικό κόσμο. Η ανθρωπότητα προσπαθεί και κάνει τη ζωή της ευκολότερη, όπως έγινε με την ανακάλυψη της φωτιάς, με τη χρησιμοποίηση νέων τρόπων μεταφοράς και με την κατασκευή πιο στέρεων και άνετων κατοικιών. Η πρόοδος στον κόσμο βασίζεται στο γεγονός ότι εμείς οι άνθρωποι θέλουμε να κάνουμε τη φυσική μας ζωή ευκολότερη. Για παράδειγμα, αντί να ταξιδεύουμε με το ποδήλατο μέσα στο κρύο, προτιμάμε να πη-

γαίνουμε με αυτοκίνητο. Μόλις καλύψουμε τις ανάγκες μας με ένα τρόπο, αμέσως αναζητούμε κάποιον άλλο πιο σύγχρονο και πιο εύκολο σε μία προσπάθεια να έχουμε όσο το δυνατόν περισσότερες ανέσεις στο φυσικό επίπεδο.

Όταν αρχίζουμε να συζητάμε για την πληρότητα, διαπιστώνουμε ότι παρ᾽ όλη την πρόοδο που συντελέστηκε στα τελευταία χίλια χρόνια, εξακολουθούμε να μην μπορούμε να βρούμε την πολυπόθητη πληρότητα. Εξακολουθούμε σε καθημερινή βάση να είμαστε υποχρεωμένοι να αντιμετωπίζουμε το ένα πρόβλημα μετά το άλλο. Αυτά τα προβλήματα δεν είναι καινούρια και δεν εντοπίζονται μόνο στη δικιά μας ιστορική περίοδο. Η ανθρωπότητα, απ᾽ την αρχή της Δημιουργίας, έχει έρθει αντιμέτωπη με νέες κάθε φορά προκλήσεις και προβλήματα. Σε κάθε εποχή οι άνθρωποι έχουν προσπαθήσει να κάνουν τη ζωή τους καλύτερη και ευκολότερη. Πολλές φορές αναρωτιόμαστε αν υπάρχει τρόπος να βρούμε ηρεμία, αν υπάρχει τρόπος να παραμένουμε σε μια κατάσταση τέλειας μακαριότητας, αιώνιας ευδαιμονίας και απόλυτης ικανοποίησης. Αναρωτιόμαστε αν μπορούν να βρεθούν όλα αυτά στις μέρες μας, αυτές τις μέρες που έχουμε σημειώσει τέτοια αξιοζήλευτη πρόοδο στον υλικό τομέα, αυτές τις μέρες που η προσοχή μας στρέφεται όλο και σε πιο νέα ενδιαφέροντα. Όταν αρχίσουμε να αναζητάμε τρόπους για να αποκτήσουμε αιώνια γαλήνη κι ευτυχία, ανατρέχουμε στη ζωή των μεγάλων αγίων και μυστών και διαπιστώνουμε ότι σε κάθε εποχή υπήρξαν μεγάλοι άγιοι, μύστες και σοφοί, που πραγματικά βρήκαν οι ίδιοι την αιώνια ευτυχία.

Παρόλο που στη ζωή ορισμένοι καταδιώχτηκαν, παρόλο που αντιμετώπισαν μεγάλη βία και πολλές αντιξοότητες, εκείνοι παρέμεναν ολοκληρωτικά απορροφημένοι στο σκοπό τους, σε μια κατάσταση ηρεμίας και μακαριότητας, παραβλέποντας το αρνητικό περιβάλλον τους. Δεν υπήρξε εποχή και περιοχή του κόσμου που να μην είχε κάποτε προβλήματα. Εκείνοι όμως έζησαν μια ζωή αδιατάραχτη, ακόμα και σε εποχές που υπήρχαν τόσα ή και περισσότερα προβλήματα από όσα έχουμε

εμείς σήμερα. Κι όμως, μπόρεσαν να βρουν την ευτυχία. Όταν διαβάζουμε για τέτοιους άγιους και μύστες, αναρωτιόμαστε αν μπορούμε στις μέρες μας να βρούμε κι εμείς την ίδια ευτυχία που εκείνοι βίωσαν. Αυτή ακριβώς την ολοκληρωμένη και αδιατάραχτη ζωή προσπαθεί να μας βοηθήσει να κατακτήσουμε και στις μέρες μας η «Επιστήμη της Πνευματικότητας».

Τον περασμένο αιώνα υπήρξαν μεγάλοι άγιοι και μύστες, όπως ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν, ο Κιρπάλ Σινγκ και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Αυτοί ήταν άγιοι που δεν εγκατέλειψαν την κοινωνία τους κι όμως μπόρεσαν να βρουν γαλήνη και μακαριότητα και έζησαν μια ήρεμη και ολοκληρωμένη ζωή και έλεγαν πως: «Ό,τι μπορεί να κάνει ένας άνθρωπος μπορεί να το κάνει και κάποιος άλλος». Δίδασκαν ότι κάθε άνθρωπος έχει δημιουργηθεί κατ᾽ εικόνα του Θεού και ότι ο καθένας μας (η ψυχή του) είναι μέρος του Θεού. Αυτό το μέρος του Θεού είναι η αληθινή μας ουσία, η αληθινή μας υπόσταση, η αληθινή μας ταυτότητα. Εξηγούσαν ότι ο αληθινός μας εαυτός δεν είναι το φυσικό σώμα, στο οποίο προσπαθούμε να προσφέρουμε τόσες πολλές ανέσεις. Η αληθινή μας υπόσταση είναι η ψυχή, που δίνει ζωή στο ανθρώπινο σώμα. Μας είπαν επίσης ότι, για να κερδίσουμε εμείς οι ίδιοι αιώνια γαλήνη, ευτυχία και πληρότητα, χρειάζεται να εστιάσουμε την προσοχή μας στο Θεό, γιατί Εκείνος είναι η Πηγή όλης της συνειδητότητας, όλης της μακαριότητας και όλης της γαλήνης. Βρίσκοντας το Θεό αποκτάμε πληρότητα. Επομένως, ο ανώτατος στόχος της ανθρώπινης ζωής είναι το να γνωρίσουμε ποιοι είμαστε πραγματικά. Να πραγματοποιήσουμε δηλαδή τον εαυτό μας (Αυτογνωσία) και στη συνέχεια να πραγματοποιήσουμε το Θεό (Θέωση ή Θεογνωσία).

Η μέθοδος που προτείνουν αυτοί οι μεγάλοι Διδάσκαλοι είναι μια μέθοδος Εσωστροφής, μια μέθοδος για την ανακάλυψη του πραγματικού μας Εαυτού, της αληθινής μας ταυτότητας. Μέσα μας βρίσκεται το θησαυροφυλάκιο της θείας φύσης μας. Μέσα μας βρίσκονται οι απαντήσεις στα ερωτήματα για το ποιοι είμαστε πραγματικά, από πού προερχόμαστε και

πού θα πάμε μετά το φυσικό μας θάνατο. Μέσα μας υπάρχει μία αστείρευτη πηγή Πνευματικότητας. Εμείς απλώς χρειάζεται να στραφούμε Εσωτερικά και να διαλύσουμε το σκοτάδι. Μέσα μας είναι η Πηγή του Φωτός, που μας ζεσταίνει και μας εξαγνίζει, για να φτάσουμε σε μια κατάσταση αγνότητας, μια κατάσταση που καθιστά δυνατή την επικοινωνία και στη συνέχεια τη συνένωσή μας με το Θεό.

Αν διαβάσουμε για τη ζωή και τη διδασκαλία των μεγάλων αγίων, μυστών και Πνευματικών Διδασκάλων, θα διαπιστώσουμε ότι όλοι τους υποδείκνυαν και ενθάρρυναν τον κόσμο να εσωστραφεί προκειμένου να ανακαλύψει το Φως του Θεού. Το ίδιο παροτρύνουν και μας σήμερα να σωστραφούμε και να γίνουμε ένα με τον Παντοδύναμο Πατέρα.

Η διαδικασία της Εσωστροφής ή αλλιώς της συγκέντρωσης της προσοχής μέσα μας, είχει πάρει πολλά ονόματα από τους διάφορους άγιους και μύστες στις διάφορες εποχές του παρελθόντος. Κάποιοι την ονομάζουν αυτοσυγκέντρωση, κάποιοι άλλοι Εσωστροφή, άλλοι διαλογισμό, ενώ άλλοι την ονομάζουν, Αδιάλειπτη Προσευχή. Όλα αυτά είναι διαφορετικά ονόματα για την προσπάθεια να ανακαλύψουμε τον εαυτό μας, να βρούμε το Θεό και να γίνουμε ένα μαζί Του.

Σήμερα, ζώντας σε μια εποχή που με πολύ μεγάλη δυσκολία και κόπο κατορθώνουμε να ανταποκριθούμε στις ανάγκες μας προκειμένου να συντηρηθούμε εμείς και η οικογένεια μας, πιστεύουμε ότι ο χρόνος που έχουμε στη διάθεσή μας δε μας φθάνει. Από την ώρα που σηκωνόμαστε το πρωί μέχρι την ώρα που γυρίζουμε σπίτι, έχουν περάσει δώδεκα με δεκατρείς ώρες. Κοιμόμαστε επτά με οκτώ ώρες και ίσως απομένουν τρεις με τέσσερις ώρες το απόγευμα, μέσα στις οποίες είμαστε υποχρεωμένοι να τελειώσουμε τις διάφορες υποχρεώσεις μας. Μπορεί να πιστεύουμε ότι στις μέρες μας δεν είναι δυνατό να κάνουμε κάτι περισσότερο μέσα στο χρόνο που έχουμε στη διάθεσή μας αλλά το ίδιο πίστευαν και παλαιότερα. Νομίζουμε ότι εμείς είμαστε πολυάσχολοι και ότι οι γονείς, οι παππούδες και οι προπάπποι μας ήταν πολύ τυχεροί, επειδή υποθέτουμε

ότι πενήντα ή εκατό χρόνια πριν η ζωή δεν ήταν το ίδιο πιεστική. Ζούσαν σε κάποιο αγρόκτημα, σηκώνονταν το πρωί και το μόνο που έπρεπε να κάνουν ήταν να αρμέξουν τις αγελάδες ή να οργώσουν τη γη. Όμως κι αυτοί ήταν απασχολημένοι με πολλές άλλες δραστηριότητες για την επιβίωσή τους. Το θέμα και τότε και τώρα είναι πώς ο καθένας διαθέτει το χρόνο του και τι είδους προτεραιότητες έχει βάλει στη ζωή του. Οι προτεραιότητες καθορίζουν τους στόχους που επιτυγχάνει κανείς στη ζωή του.

Όλοι οι άγιοι και οι μύστες πάντοτε έλεγαν πως είναι βέβαιο ότι μπορούμε να βρούμε αιώνια γαλήνη και μακαριότητα, αρκεί να «μπούμε μέσα μας». Το ίδιο και οι Διδάσκαλοι της «Επιστήμης της Πνευματικότητας» μας λένε ότι, αν αφιερώνουμε δύο ώρες από την καθημερινή μας ζωή εστιάζοντας την προσοχή μας στο Θεό, μπορούμε και εμείς όπως και οι άνθρωποι όλων των εποχών να βρούμε την ευτυχία, να συντονιστούμε με την Αρμονία των Αρμονιών, ή αλλιώς με την Ουράνια Μουσική των Σφαιρών και να βρούμε το Θεό.

Η ενθύμηση του Θεού

Ο τρόπος που μας συνιστούν οι άγιοι και οι μύστες για να έλξουμε τη Χάρη του Θεού, όπως και σε όλες τις εποχές, έτσι και στις μέρες μας είναι να έχουμε διαρκώς στραμμένη την προσοχή μας σε Αυτόν. Να έχουμε τη γλυκιά ενθύμηση του Κυρίου. Για παράδειγμα, την ώρα που πηγαίνουμε στη δουλειά μας το πρωί με τη συγκοινωνία, όση ώρα καθόμαστε στο λεωφορείο ή στο τραίνο να Τον έχουμε στο μυαλό μας και να Του μιλάμε. Όποτε είμαστε απασχολημένοι σε κάποια χειρωνακτική εργασία, που δεν απαιτεί νοητική προσοχή, μπορούμε να θυμόμαστε και να μιλάμε νοερά στο Θεό με τη γλώσσα της σκέψης μας. Όταν κολλάμε στην κίνηση, κατά κανόνα συγχιζόμαστε με τους ανθρώπους γύρω μας, γιατί θεωρούμε ότι πολλοί φταίνε και ότι άλλοι δεν ξέρουν να οδηγούν. Έτσι αρ-

χίζει να γεννιέται μέσα μας ένταση και εκνευρισμός. Αντίθετα, αν θυμόμαστε το Θεό και εστιάζουμε την προσοχή μας σ᾽ Εκείνον, όταν πηγαίνουμε στη δουλειά, είτε οδηγούμε εμείς οι ίδιοι είτε καθόμαστε στη θέση του συνοδηγού, η αυξημένη κίνηση δε θα μας ενοχλεί. Αν πολλές φορές την ημέρα εστιάζουμε την προσοχή μας στο Θεό, θα μπορούμε να αδιαφορούμε για τις ανθρώπινες αδυναμίες και την πολιτική που εφαρμόζεται στο γραφείο μας, αφού η προσοχή μας θα επικεντρώνεται στο σημαντικότερο στόχο της ζωής μας.

Ολόκληρη η Πλάση έχει δημιουργηθεί από το Θεό. Υπάρχει καλύτερος τρόπος να αφιερώσουμε το χρόνο μας από το να θαυμάζουμε την Πλάση και να θυμόμαστε το Δημιουργό; Την Πηγή απ᾽ όπου όλοι προήλθαμε; Η ενθύμηση του Θεού μάς προσφέρει πολλά οφέλη. Όταν θυμόμαστε το Θεό, το πρώτο που συμβαίνει είναι ότι ο νους μας συγκεντρώνεται σε Αυτόν. Γενικά, ο νους είναι πολύ δραστήριος. Όλοι μας έχουμε παρατηρήσει πως, όταν δεν έχουμε κάτι να κάνουμε, βομβαρδιζόμαστε από σκέψεις, τη μία μετά την άλλη. Αν όμως είμαστε βυθισμένοι στην ενθύμηση του Θεού, αν εστιάζουμε την προσοχή μας σ᾽ Εκείνον, τότε πού να βρεθεί χρόνος να κρίνουμε τους άλλους και πού να βρούμε την ώρα να κάνουμε κακές σκέψεις για τους γύρω μας! Ο νους μας θα είναι ήρεμος και ακίνητος και θα βρεθούμε σε μια κατάσταση μακαριότητας. Στα Παντζάμπι, που είναι μια ινδική διάλεκτος, υπάρχει ένα ρητό που λέει: «*Τα χέρια στη δουλειά και η καρδιά μας στον Αγαπημένο*». Όποτε κάνουμε κάποια χειρωνακτική εργασία, η προσοχή και η καρδιά μας θα πρέπει πάντοτε να είναι στραμμένες στον Αγαπημένο μας. Και ο Αγαπημένος μας είναι ο Θεός. Ο αιώνιος Αγαπημένος μας είναι ο Θεός και η ψυχή μας είναι μέρος Του. Κάθε ψυχή είναι εραστής του Θεού. Όταν αγαπάμε, το αντικείμενο του έρωτά μας είναι διαρκώς στις σκέψεις, στα λόγια και τις πράξεις μας. Οι άγιοι και οι μύστες τα παλιά χρόνια αλλά και στις μέρες μας, μάς λένε ότι, για να αγαπήσει η ψυχή μας το Θεό, χρειάζεται να είμαστε σε μια κατάσταση διαρκούς ενθύμησης Του. Όταν η προσοχή μας

είναι στο Θεό, θα διαπιστώσουμε ότι ο νους μας εξαγνίζεται, και τότε όλες οι πράξεις μας θα είναι αγνές.

Για κάθε σκέψη, λόγο και πράξη μας, κρατιέται λογαριασμός. Στη Θεϊκή Δημιουργία ισχύει ένας απλός νόμος, που ονομάζεται «Νόμος του κάρμα». Σε επιστημονική βάση μπορεί να ερμηνευτεί με ένα από τα πρώτα αξιώματα της φυσικής, που δηλώνει ότι για κάθε δράση υπάρχει μία αντίδραση. Σύμφωνα με αυτό το νόμο, για κάθε σκέψη, για κάθε λόγο και για κάθε πράξη μας κρατιέται λογαριασμός. Αν κάνουμε καλές σκέψεις, αν προφέρουμε καλά λόγια, αν επιτελούμε θεάρεστες πράξεις, θα επιβραβευτούμε. Αν αντίθετα κάνουμε κακές σκέψεις, αν προφέρουμε σκληρά λόγια ή αν προβαίνουμε σε αρνητικές πράξεις, τότε θα τιμωρηθούμε. Όταν όμως εστιάζουμε την προσοχή μας στο Θεό, εκείνη την ώρα δεν κάνουμε καμιά σκέψη. Όταν η προσοχή μας είναι στο Θεό, όταν επαναλαμβάνουμε το όνομα του Θεού, όταν θυμόμαστε το Θεό, εκείνη την ώρα δε δημιουργούμε και δε χρεωνόμαστε καθόλου κάρμα. Όταν επαναλαμβάνουμε τα Ονόματα του Θεού, όταν δε μιλάμε για τίποτε άλλο και δε λέμε τίποτα καλό ή κακό για κάποιον άλλον, τότε δε δημιουργούμε καθόλου κάρμα με τα λόγια μας.

Όσο πιο πολύ θυμόμαστε το Θεό στη ζωή μας, θα διαπιστώσουμε ότι αυτή η ενθύμηση μοιάζει με μια κατάσταση προθέρμανσης. Όταν ένας δρομέας προετοιμάζεται για κάποιον αγώνα, χρειάζεται να κάνει "ζέσταμα". Οι αθλητές, όπως γνωρίζουμε, προθερμαίνονται πριν από κάθε μεγάλο αγώνα. Παρόμοια, η ενθύμηση του Θεού σε όλη τη διάρκεια της ημέρας είναι σαν προθέρμανση για να κάνουμε το βράδυ έναν πετυχημένο διαλογισμό.

Μπορούμε να Τον θυμόμαστε όταν δεν κάνουμε κάποια νοητική εργασία, όπως για παράδειγμα όταν είμαστε ξαπλωμένοι ή κατά τη διάρκεια των γευμάτων μας. Αν εστιάζουμε την προσοχή μας στο Θεό όλη τη μέρα, τότε το βραδάκι, όταν θα θέλουμε να καθίσουμε σε διαλογισμό, θα διαπιστώνουμε ότι αυτοσυγκεντρωνόμαστε εύκολα και γρήγορα. Η ενθύμηση του Θεού κατά τη διάρκεια της ημέρας λειτουργεί σαν "ζέστα-

μα". Έτσι, όταν θα καθόμαστε σε διαλογισμό, τα αισθητήρια ρεύματά μας συγκεντρώνονται εύκολα στην Έδρα της ψυχής, στο Μοναδικό ή Τρίτο Οφθαλμό. Όταν συγκεντρωνόμαστε, θα βλέπουμε μέσα μας το Φως του Θεού και θα ακούμε την Ουράνια Μουσική και τότε θα αρχίσουμε να δρέπουμε τους καρπούς της συγκέντρωσης της προσοχής μας στο Θεό κατά τη διάρκεια όλης της μέρας.

Η επαφή με το Θείο Φως και το Θείο Ήχο μάς μεταμορφώνει

Οι άγιοι και οι μύστες, και στο παρελθόν και τώρα, πάντοτε μας ζητούν να στραφούμε Εσωτερικά. Όσο πιο πολύ συγκεντρωνόμαστε και ερχόμαστε σε επαφή με το θείο Φως και τον Ήχο, διαπιστώνουμε ότι επέρχεται μια αλλαγή στον τρόπο που βλέπουμε τα πράγματα. Αρχίζουμε να κοιτάμε τη ζωή με νέο μάτι, από ένα νέο πρίσμα. Αναγνωρίζουμε ότι το Φως του Θεού που υπάρχει μέσα μας υπάρχει και μέσα στους άλλους. Συνειδητοποιούμε ότι, ακριβώς όπως εμείς μπορούμε να γίνουμε ένα με το Φως και τον Ήχο του Θεού και οι άλλοι επίσης μπορούν να γίνουν ένα μαζί τους. Αρχίζουμε τότε να βλέπουμε τους άλλους σαν να είναι δικά μας αδέλφια και φερόμαστε με αγάπη, αλτρουισμό και ηρεμία. Αυτή η αλλαγή καθρεφτίζεται στις εξωτερικές μας δραστηριότητες αλλά και στον τρόπο που μιλάμε στους ανθρώπους και στην προθυμία να φροντίζουμε και να βοηθάμε τους άλλους. Θέλουμε οι άνθρωποι με τους οποίους ερχόμαστε σε επαφή να είναι ευτυχισμένοι, να νιώθουν άνετα και να είναι ήρεμοι. Αυτό ακριβώς συμβαίνει όταν δούμε το Φως του Θεού μέσα μας και συνειδητοποιήσουμε ότι αποτελούμε μέρος Του.

Υπάρχει ένας επιστημονικός τρόπος να αντιληφθούμε τα πράγματα και οι άνθρωποι που είναι καλοί στα μαθηματικά, ίσως ευκολότερα καταλάβουν αυτό που θα πω τώρα. Αν κοιτάξουμε τον εαυτό μας, θα δούμε ότι κάθε άτομο έχει δύο γο-

νείς. Καθένας από μας έχει έναν πατέρα και μία μητέρα που μας έφεραν στον κόσμο. Καθένας από τους γονείς μας έχει επίσης δύο γονείς, που σημαίνει ότι όλοι έχουμε τέσσερις παππούδες και γιαγιάδες, που καθένας τους έχει κι αυτός δύο γονείς. Έτσι, όλοι μας έχουμε οκτώ προπαπππούδες και προγιαγιάδες που καθένας τους έχει επίσης δύο γονείς. Άρα, όλοι μας έχουμε δεκαέξι προπροπαππούδες και προπρογιαγιάδες. Αν υπολογίσουμε τη διαφορά ηλικίας ανάμεσα στο γονιό και το παιδί του, κατά μέσο όρο, είναι είκοσι πέντε χρόνια περίπου. Μπορεί να είναι λίγο πάνω λίγο κάτω, αλλά κατά μέσο όρο έχουμε τέσσερις γενιές κάθε εκατό χρόνια. Επομένως, για ένα παιδί που έρχεται σήμερα στον κόσμο, πριν από έναν αιώνα υπήρξαν δεκαέξι άνθρωποι που βρέθηκαν μαζί, με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, προκειμένου να γεννηθεί αυτό το παιδί σε τούτον εδώ τον κόσμο. Διακόσια χρόνια πριν, καθένας από τους δεκαέξι αυτούς ανθρώπους είχε δεκαέξι προπροπαππούδες και προπρογιαγιάδες, που σημαίνει ότι, πριν διακόσια χρόνια, υπήρξαν διακόσιοι πενήντα έξι άνθρωποι που ήταν υπεύθυνοι για τον ερχομό αυτού του παιδιού στη ζωή. Καθώς συνεχίζουμε αυτούς τους υπολογισμούς, πολύ γρήγορα διαπιστώνουμε ότι υπάρχει μια πρόοδος του δύο στην πρώτη, στη δεύτερη, στην τρίτη, στη τέταρτη δύναμη κ.ο.κ. Δύο εις το μηδέν κάνει ένα, που είναι το παιδί και δύο εις την πρώτη κάνει δύο, που είναι οι γονείς σε ηλικία εικοσιπέντε χρονών. Δύο εις τη δευτέρα είναι οι παππούδες και οι γιαγιάδες, που είναι περίπου πενήντα χρονών. Δύο εις την τρίτη κάνει οκτώ, που είναι οι προγιαγιάδες και οι προπαππούδες μας, ενώ δύο στη τετάρτη είναι οι προπροπαππούδες και οι προπρογιαγιάδες μας, που κατά προσέγγιση είναι εκατό χρόνων ή θα ήταν τόσο αν ήταν ακόμα ζωντανοί. Υπάρχει επομένως ένας αριθμός ανθρώπων που αντιστοιχεί σε δύο εις την τετάρτη κάθε εκατό χρόνια, κι ο αριθμός αυτός κλιμακώνεται. Σε πεντακόσια χρόνια λοιπόν ο αριθμός είναι δύο εις την εικοστή, που είναι περισσότερο από ένα εκατομμύριο. Αν πάμε χίλια χρόνια πριν, καθένας από αυτούς, τους ένα εκατομμύριο ανθρώπους, θα είχε άλλο ένα

εκατομμύριο προγόνους. Έτσι θα είχαμε ένα εκατομμύριο εκατομμύρια ή ένα τρισεκατομμύριο προγόνους χίλια χρόνια πριν. Καταλήγουμε λοιπόν στο λογικό συμπέρασμα ότι όλοι είμαστε συνδεδεμένοι μεταξύ μας, με ένα βαθμό συγγένειας. Αυτό είναι ένα μαθηματικό μοντέλο που καταδεικνύει ότι όλοι είμαστε μέλη μιας πανανθρώπινης οικογένειας. Όταν όμως δούμε το Φως του Θεού μέσα μας, δεν είναι απαραίτητο να ξέρουμε μαθηματικά γιατί αυτή η συνειδητοποίηση έρχεται από μόνη της. Θα συνειδητοποιήσουμε ότι το Φως δε λάμπει από κάποιον άλλον τόπο, αλλά έρχεται από μέσα μας. Βιώνουμε τότε ότι υπάρχει κάτι πέρα απ᾽ αυτή τη ζωή. Όσο λοιπόν ερχόμαστε σε επαφή με τις δύο πρωταρχικές εκδηλώσεις του Θεού – το Θείο Φως και την Αρμονία των Αρμονιών – διαπιστώνουμε ότι αυτές μας φέρνουν ηρεμία, ευτυχία και μακαριότητα. Συνειδητοποιούμε ότι η αληθινή μας υπόσταση είναι η ψυχή, που αποτελεί μέρος του Θεού. Δεν υπάρχει τίποτα σημαντικότερο απ᾽ αυτήν τη συνειδητοποίηση κι αυτός είναι ο στόχος του κάθε ανθρώπου. Αυτός είναι ο σκοπός για τον οποίο όλοι εμείς έχουμε έρθει στον κόσμο, κι αυτή είναι η χρυσή ευκαιρία να γνωρίσουμε τον πραγματικό εαυτό μας, γιατί μόνο μέσα στο ανθρώπινο σώμα συγκεντρώνονται όλες οι απαιτούμενες ιδιότητες και τα προσόντα για την πραγμάτωση του αληθινού εαυτού μας.

Το Μονοπάτι του Μυστικισμού, που οδηγεί στην πραγμάτωση του Θεού, όπως διδάσκεται από τους Διδασκάλους της Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα ή αλλιώς του Σαντ Ματ ή της Επιστήμης της Πνευματικότητας, είναι ένα μονοπάτι εμπειρίας. Δεν είναι ένα παθητικό μονοπάτι. Είναι ένα μονοπάτι που το ζητούμενο είναι να αποκτήσουμε την εμπειρία του θείου μέσα μας. Είναι ένα μονοπάτι που καθόμαστε ολομόναχοι, χωρίς να αντιλαμβανόμαστε την ύπαρξη κανενός άλλου παρά μόνον του Θεού. Μόνο μέσα στο ανθρώπινο σώμα, όπου υπάρχει το θησαυροφυλάκιο της θειότητας, μπορούμε να ανακαλύψουμε το Θεό. Μέσα από το διαλογισμό επομένως, μπορούμε να εστιάσουμε την προσοχή μας στο Θεό, ενώ ζούμε μέσα στον

κόσμο.

Ζούμε στη φυσική περιοχή, αλλά υπάρχουν πάρα πολλές Πνευματικές περιοχές πέρα από το φυσικό βασίλειο. Όταν τα αισθητήρια ρεύματά μας μαζευτούν στην εστία των ματιών, με τη βοήθεια και την καθοδήγηση του Πνευματικού μας Διδασκάλου, τότε μπορούμε να υψωθούμε πάνω από τη σωματική μας συνειδητότητα και να εισέλθουμε στις Πνευματικές περιοχές, που είναι γεμάτες από Αγάπη, μακαριότητα και ειρήνη και πλημμυρίζουν ολόκληρη την ύπαρξή μας με την Αγάπη του Θεού.

Όσο πλημμυρίζουμε από την υπέρμετρη Αγάπη του Θεού, διαπιστώνουμε ότι αυτή φέρνει ηρεμία στη ζωή μας, μας κάνει ευτυχισμένους και μας οδηγεί σε μια κατάσταση αιώνιας μακαριότητας. Διαπιστώνουνε ότι αυτή η κατάσταση της αιώνιας ευτυχίας και μακαριότητας δε μας συντροφεύει μόνο στη διάρκεια του διαλογισμού, αλλά συνεχίζεται και όταν επιστρέψουμε από το διαλογισμό. Αυτή η κατάσταση επιφέρει σημαντικές αλλαγές προς το καλύτερο στην καθημερινή μας ζωή. Διαπιστώνουμε ότι αρχίζουμε να είμαστε περισσότερο αληθινοί. Γινόμαστε περισσότερο ταπεινοί, γιατί η ταπεινότητα είναι ένα σημάδι της συνειδητοποίησης ότι υπάρχει μια ανώτερη δύναμη μέσα μας. Όταν νομίζουμε ότι είμαστε οι σπουδαιότεροι άνθρωποι του κόσμου, τότε γινόμαστε εγωπαθείς. Νομίζουμε ότι είμαστε οι καλύτεροι και ότι ξέρουμε ποιο είναι το σωστό καλύτερα από τους άλλους και τότε αρχίζουμε να τους αντιμετωπίζουμε υπεροπτικά. Όταν όμως συνειδητοποιήσουμε την ύπαρξη της δύναμης του Θεού, της οποίας εμείς αποτελούμε τμήμα, αυτόματα γινόμαστε ταπεινοί. Όσο η προσοχή μας εστιάζεται στο Θεό, γινόμαστε πιο αγνοί και ο νους μας συνεχώς εξαγνίζεται. Μόλις συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε πνοές του Θεού, δε θα κάνουμε τίποτα για να πληγώσουμε καμιά μορφή ζωής, αφού συνειδητοποιούμε ότι κάθε πλάσμα, είτε είναι άνθρωπος, ζώο, πουλί ή έντομο, έχει ζωή μέσα του κι έχει μια ψυχή που του δίνει ζωή, την οποία εμείς δε θα επιθυμούσαμε να καταστρέψουμε.

Όσο περισσότερο θα ερχόμαστε σε επαφή με αυτό το Φως του Θεού, θα θέλουμε να βοηθάμε και να φροντίζουμε τους άλλους. Θα θέλουμε να υπηρετούμε τους άλλους με ανιδιοτέλεια, για να μειωθούν τα προβλήματά τους, έτσι ώστε κι αυτοί να ζήσουν μια ευτυχισμένη ζωή. Όπως τα καράβια, που προσπαθούν να βρουν το δρόμο τους μέσα από τις θύελλες των ωκεανών και πάντοτε κοιτούν προς το φάρο, έτσι κι εμείς θα γίνουμε ο φάρος στις φουρτουνιασμένες θάλασσες της ζωής τους. Όταν κάποτε δούμε το Θείο Φως μέσα μας και συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε μέρος του Θεού, θα στεκόμαστε σαν μια κολώνα αλήθειας, σαν μια κολώνα που μπορεί να στηρίξει και να δώσει δύναμη στους άλλους. Θα διαπιστώνουμε τότε ότι, προσηλώνοντας την προσοχή μας στο Θεό, θα εκπληρώνουμε το σκοπό της ίδιας της ζωής μας, που είναι η ένωση μαζί Του.

Δώστε στο διαλογισμό την πρώτη προτεραιότητα στη ζωή σας

Όλοι οι άγιοι και οι μύστες έχουν πει ότι χρειάζεται να «τρέξουμε» προς το Θεό. Όταν κάνουμε ένα βήμα προς το Θεό, Εκείνος θα κάνει εκατομμύρια βήματα προς το μέρος μας. Με αδημονία περιμένει τα παιδιά Του να επιστρέψουν κοντά Του. Περιμένει εκεί, με ανοιχτή αγκαλιά, να επιστρέψουμε όλοι. Ακριβώς όπως ένας μαραθωνοδρόμος προετοιμάζεται για τον αγώνα του, αφιερώνοντας χρόνο σε προπόνηση, τρώγοντας υγιεινές τροφές, ζώντας μία πειθαρχημένη ζωή και αφιερώνοντας πολύ χρόνο για ξεκούραση, έτσι κι εμείς, όταν πρέπει να τρέξουμε σ᾽ αυτόν τον αγώνα της αναζήτησης του Θεού, που είναι ο τελικός αγώνας δρόμου στη ζωή μας, οφείλουμε να προετοιμαστούμε κατάλληλα. Όπως ο μαραθωνοδρόμος τρέχει για να προπονηθεί, έτσι και η δικιά μας προπόνηση είναι ο διαλογισμός. Ακριβώς όπως όλες οι δραστηριότητες του μαραθωνοδρόμου κατά τη διάρκεια της ημέρας συγκλίνουν στον τελικό στόχο, έτσι και οι δικές μας δραστηριότητες θα πρέπει

να συγκεντρώνουν τη προσοχή μας στο Θεό, γιατί αυτό ακριβώς θα μας βοηθήσει να φτάσουμε στο στόχο μας.

Ο Αγαπημένος μας Διδάσκαλος Σαντ Κιρπάλ Σινγκ μάς έλεγε κατ' επανάληψη ότι, εφόσον θέλουμε να βρούμε το Θεό, χρειάζεται να κλείσουμε ένα συρτάρι και να ανοίξουμε ένα άλλο. Έλεγε ότι πρέπει να κλείσουμε το συρτάρι που περιέχει όλες τις εγκόσμιες δραστηριότητές μας και να ανοίξουμε το συρτάρι της Πνευματικότητας και να συγκεντρωθούμε στο Θεό. Θα πρέπει να αποστρέψουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο και να την εστιάσουμε μέσα μας. Χρειάζεται να την προσηλώσουμε στην Έδρα της Ψυχής, γιατί αυτή είναι η Πύλη που οδηγεί στους Εσωτερικούς κόσμους, στις Εσωτερικές Περιοχές, που όλες τους είναι γεμάτες από την Αγάπη του Θεού, από μακαριότητα και ειρήνη.

Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ μάς έλεγε επίσης πως, όταν εστιάζουμε την προσοχή μας προς αυτή την κατεύθυνση, θα πρέπει να κανονίζουμε το χρόνο μας έτσι ώστε να βάζουμε στην άκρη κάποια ώρα για τις Πνευματικές μας ασκήσεις. Ο χρόνος για το διαλογισμό θα πρέπει να είναι προγραμματισμένος. Πρέπει να δίνουμε προτεραιότητα στο διαλογισμό μας και να πούμε στην οικογένειά μας ότι αυτή είναι η ώρα που θα αφιερώνουμε στις Πνευματικές μας ασκήσεις. Πρέπει να τους ζητήσουμε να μη μας αποσπούν και να μη μας ενοχλούν. Θα πρέπει πολύ τρυφερά να τους εξηγήσουμε ότι θα ξεκλέβουμε μια ή δυο ώρες από την καθημερινή μας ζωή και ότι θέλουμε να αναπτυχθούμε Πνευματικά. Μας έλεγε ακόμα ο Διδάσκαλος Κιρπάλ ότι μόλις μιλήσουμε στους ανθρώπους του περιβάλλοντός μας με ωραίο τρόπο, θα διαπιστώσουμε ότι τη δεδομένη ώρα εκείνοι δε θα μας αποσπούν από το έργο μας. Τότε η προσοχή μας θα μπορεί να συγκεντρωθεί και θα είμαστε σε θέση να κάνουμε τις Πνευματικές μας ασκήσεις με τακτικότητα. Αν δεν το κάνουμε, θα μας είναι πολύ δύσκολο να εστιάσουμε την προσοχή μας στο Θεό. Είναι λοιπόν απαραίτητο να βάλουμε σε προτεραιότητα και να δώσουμε την προσοχή μας σε ό,τι επιθυμούμε να πετύχουμε στη ζωή. Εφόσον επιθυμούμε να βρούμε ηρεμία

και ευτυχία εμείς οι ίδιοι, χρειάζεται να καταβάλουμε προσπάθεια, να το θέσουμε σε πρώτη προτεραιότητα και να αφιερώνουμε χρόνο. Αν μπορούμε να βρούμε ώρα για τηλεόραση, να πάμε στον κινηματογράφο ή να βγούμε για φαγητό, τότε γιατί δεν μπορούμε να βρούμε δυο ώρες για να γνωρίσουμε τον πραγματικό εαυτό μας και να μάθουμε για το Θεό; Το να γνωρίσουμε το Θεό είναι ο σκοπός για τον οποίο όλοι ήρθαμε σε αυτό τον κόσμο. Ο προορισμός της ζωής δεν είναι απλώς να μεγαλώσουμε, να αποκτήσουμε οικογένεια, να τη συντηρούμε και μετά να πεθάνουμε.

Εμείς που διαθέτουμε το ανθρώπινο σώμα είμαστε πραγματικά τυχεροί, αφού έχουμε τη δυνατότητα να γνωρίσουμε τον αληθινό μας εαυτό. Θα πρέπει όμως να εκμεταλλευτούμε στο έπακρο αυτήν τη δυνατότητα. Όσο θα στρεφόμαστε Εσωτερικά, αυτός ο σκοπός θα αρχίσει να ξεδιαλύνεται και να αποκτά περιεχόμενο. Θα αρχίσουμε να συνειδητοποιούμε ποιοι είμαστε πραγματικά. Θα αρχίσουμε να συνειδητοποιούμε ότι ο αληθινός εαυτός μας είναι η ψυχή μας. Θα αρχίσουμε τέλος να συνειδητοποιούμε ότι ο Θεός δεν είναι στον ουρανό, αλλά μπορούμε να Τον βρούμε μέσα μας. Όταν το συνειδητοποιήσουμε, θα αναπτυχθεί μέσα μας η έλξη και το πάθος να γνωρίσουμε το Θεό κι αυτό μας βοηθάει να μπορέσουμε να εισχωρήσουμε μέσα μας όλο και πιο βαθιά και να αποκτήσουμε εμείς οι ίδιοι γαλήνη και μακαριότητα.

Αν ενδιαφερόμαστε ειλικρινά να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, τα μέσα για να το πετύχουμε είναι στη διάθεσή μας. Θα προσφέρουμε την ύψιστη υπηρεσία στον εαυτό μας με το να αναπτυχθούμε Πνευματικά και θα αποτελέσουμε ένα θετικό παράγοντα δύναμης στη ζωή της οικογένειάς μας, των φίλων, των συνεργατών μας και γενικά όλου του κόσμου. Ασκώντας το θετικό μυστικισμό, μπορούμε να ανταποκριθούμε με επιτυχία στις απαιτήσεις των καιρών.



6. Η θεραπευτική δύναμη του διαλογισμού

Την τελευταία δεκαετία οι άνθρωποι έχουν εστιάσει την προσοχή τους στην προσπάθεια να ανακαλύψουν τρόπους θεραπείας στο επίπεδο του σώματος, του νου και της ψυχής, προκειμένου να ζήσουν μια πιο ευτυχισμένη και αρμονική ζωή. Πολλές καινούριες τεχνικές έχουν παρουσιαστεί από διαφόρους, σ' ολόκληρο τον κόσμο, με σκοπό να βοηθήσουν τους ανθρώπους να θεραπευτούν σωματικά και πνευματικά. Ανάμεσα σε αυτές είναι και διάφοροι μέθοδοι εναλλακτικής ιατρικής που έχουν ανθίσει, για να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αποκτήσουν υγιή σώματα. Πολλά νέα προγράμματα έχουν χρησιμοποιηθεί, στο πεδίο της ψυχολογίας, όπως οι ομάδες "αυτοθεραπείας", οι "ομάδες υποστήριξης ή "ομάδες αλληλοβοήθειας" όπως π.χ. είναι η γνωστή εδώ στις ΗΠΑ, "Ομάδα των ανώνυμων αλκοολικών". Τα προγράμματα και οι ομάδες έχουν στόχο να βοηθήσουν τους ανθρώπους να νιώσουν καλύτερα συναισθηματικά και νοητικά. Όλες αυτές οι μέθοδοι, έχουν αποκτήσει στις μέρες μας μεγάλη δημοτικότητα. Παρατηρείται επίσης αυξανόμενο ενδιαφέρον και στροφή μεγάλης μερίδας ανθρώπων σε Πνευματικά μονοπάτια, που στόχο έχουν να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αναπτυχθούν στο επίπεδο του Πνεύματος ή της ψυχής.

Όταν σκέπτομαι όλες αυτές τις μεθόδους που έχουν αναπτυχθεί για να προσφέρουν γιατρειά στον ανθρώπινο πόνο, η σκέψη μου πηγαίνει σε μια τεχνική που έμαθα από δύο μεγάλους αγίους, τον Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, οι οποίοι ήταν σε επαφή με τη θεραπευτική δύναμη που βρίσκεται κοιμισμένη μέσα σε όλους μας. Μέσα σε κάθε άτομο υπάρχει μια πνευματική ενέργεια που μπορεί να μας μετατρέψει σε ολοκληρωμένους ανθρώπους. Η τεχνική με την οποία μπορούμε να διεισδύσουμε Εσωτερικά και να αντλήσουμε αυτή την κοιμισμένη δύναμη, είναι ο διαλογισμός. Μόλις έρθουμε σε επαφή με τη θεραπευτική δύναμη που υπάρχει μέσα μας, επέρχεται μια ριζική μεταμόρφωση στη ζωή μας. Το σώμα,

ο νους, η καρδιά και η ψυχή μας γιατρεύονται.

Ποια όμως είναι αυτή η θεραπευτική δύναμη και πώς μπορούμε να έρθουμε σε επαφή μαζί της; Δεν αναφέρομαι στη δύναμη που χρησιμοποιούν για να θεραπεύουν εκείνοι που αυτοαποκαλούνται "θεραπευτές", οι οποίοι προσφέρουν θεραπεία στο φυσικό σώμα των άλλων με το να τους ακουμπούν με τα χέρια τους ή να χρησιμοποιούν τις δυνάμεις της φύσης (βιοενέργεια). Αναφέρομαι σε μια δύναμη με την οποία θεραπεύουμε το δικό μας σώμα, το νου, την καρδιά και την ψυχή μας με το να συνδεθούμε με ένα θεραπευτικό ρεύμα που ήδη βρίσκεται μέσα μας. Αυτό το θεραπευτικό ρεύμα είναι γνωστό ως το ρεύμα του Φωτός και του Ήχου.

Όλες οι Γραφές του κόσμου αναφέρονται σ' αυτό, ονομάζοντάς το "*Λόγο, Νάαμ, Σαμπντ, Μπάνι, Τζιότι* και *Σρούτι, Κάλμα, Ζροάσα, Μπανγκι-Ασμάνι, Φωνή της Σιγής*" ή χρησιμοποιώντας πολλά άλλα ονόματα. Με το διαλογισμό μπορούμε να έρθουμε σε επαφή μ' αυτό το Ρεύμα και να αποκομίσουμε αναρίθμητα οφέλη.

Για να καταλάβουμε πώς ο διαλογισμός μπορεί να θεραπεύσει το φυσικό μας σώμα, χρειάζεται πρώτα να καταλάβουμε πώς μας προσβάλλουν οι αρρώστιες. Υπάρχουν πολλά αίτια που προκαλούν διαταραχή της υγείας μας. Θα εστιάσω την προσοχή μου σε τρία απ' αυτά που προκαλούν σωματικές παθήσεις.

Πρώτον, ορισμένες ασθένειες μάς προσβάλλουν εξαιτίας του «Νόμου της Δράσης και Αντίδρασης». Στην Ανατολή ονομάζεται *Νόμος του Κάρμα*, κάτω από τις προσταγές του οποίου επιβραβευόμαστε για τις καλές μας πράξεις και τιμωρούμαστε για τις κακές. Ίσως να μη λαμβάνουμε την ανταμοιβή ή την τιμωρία αμέσως, αλλά αυτές συσσωρεύονται σε μια αποθήκη. Σε κάποια λοιπόν χρονική στιγμή στο μέλλον, ο Παγκόσμιος Νόμος της Δικαιοσύνης θα φροντίσει, ώστε ο καθένας από μας να λάβει ό,τι του αξίζει. Κάποιες από τις αδιαθεσίες και τα ατυχήματα που μας συμβαίνουν, ανεξάρτητα απ' όλες τις προφυλάξεις και την προσοχή που δίνουμε για να

είμαστε καλά στην υγεία μας, λέγεται ότι είναι η αντίδραση ή το κάρμα για κάτι που κάναμε στο παρελθόν. Συχνά δε γνωρίζουμε τι ακριβώς κάναμε και για ποιο λόγο τιμωρούμαστε. Ενδέχεται η πράξη για την οποία τιμωρούμαστε να έχει συντελεστεί κάποια στιγμή, στο παρελθόν στην παρούσα ζωή μας ή σε προηγούμενη ζωή.

Αυτές οι ασθένειες και τα απρόβλεπτα ατυχήματα δεν μπορούν να αποφευχθούν. Ο διαλογισμός ωστόσο μπορεί να μας βοηθήσει. Μπορεί να ανεβάσει την προσοχή μας σ᾽ ένα ανώτερο επίπεδο συνειδητότητας, ώστε να μη νιώθουμε την οδυνηρή τους επίδραση. Ερχόμαστε σε επαφή μ᾽ έναν ποταμό μακαριότητας και χαράς, που παίρνει την προσοχή μας μακριά από τα βάσανα αυτού του κόσμου. Κάποτε, ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ έπρεπε να υποβληθεί σε μιαν εγχείρηση. Οι γιατροί τού είχαν χορηγήσει αναισθητικό με ενδοφλέβια ένεση και περίμεναν να χάσει τις αισθήσεις του. Όμως, προς έκπληξή τους, δεν έχανε τις αισθήσεις του και παρέμενε πλήρως συνειδητός. Τελικά, ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ τους ρώτησε τι έλπιζαν να πετύχουν με τις ενέσεις τους. Του απάντησαν: «Θέλουμε να σε ναρκώσουμε». Κι αυτός τους ρώτησε: «Πώς μπορείτε να ναρκώσετε ένα συνειδητό ον; Αν θέλετε να αποσύρω την προσοχή μου θα το κάνω, αλλά τα φάρμακά σας δεν μπορούν να με επηρεάσουν». Αμέσως μόλις ολοκλήρωσαν την εγχείρηση, ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ άνοιξε τα μάτια του. Ο επικεφαλής της χειρουργικής ομάδας έμεινε κατάπληκτος, που ένας άνθρωπος μπορούσε να ξαναβρεί τις αισθήσεις του σε δευτερόλεπτα ενώ είχε υποβληθεί σε τόσο βαθιά αναισθησία. Ο Σαντ Κιρπάλ είχε αποσύρει συνειδητά την προσοχή του από το σώμα του, όσην ώρα κράτησε η επέμβαση και τη στιγμή που αντελήφθη ότι η εγχείρηση είχε ολοκληρωθεί, κατέπληξε το ιατρικό προσωπικό ανοίγοντας αμέσως τα μάτια του. Συνειδητοποίησαν ότι είχαν να κάνουν με κάποιον που μπορούσε συνειδητά να ελέγξει την απόσυρση και την επιστροφή της συνειδητότητάς του στο φυσικό του σώμα.

Με την τελειοποίηση του διαλογισμού μπορούμε συνειδη-

τά να ελέγχουμε την απόσυρση και την επιστροφή μας στο φυσικό σώμα. Κατά συνέπεια, μπορούμε να αποκτήσουμε ένα καταφύγιο μακαριότητας και γαλήνης μέσα μας, το οποίο να μας παρέχει ασφάλεια από τα σημάδια που αφήνει ο σωματικός πόνος.

Ένας άλλος τρόπος, με τον οποίο ο διαλογισμός μπορεί να μας βοηθήσει να ελαχιστοποιήσουμε τα αποτελέσματα του Νόμου του Κάρμα, είναι ότι μας βοηθάει να αποτρέψουμε τη δημιουργία νέου κάρμα, το οποίο κάποτε θα κληθούμε να το πληρώσουμε. Όταν διαλογιζόμαστε, συνδεόμαστε με ένα ρεύμα Πνευματικής ενέργειας. Στη διάρκεια αυτού του χρόνου δε δημιουργούμε καθόλου κάρμα, καλό ή κακό. Όταν διαλογιζόμαστε με ακρίβεια, με το σώμα και το νου ακίνητα, δεν ασχολιόμαστε με καμία εγκόσμια δραστηριότητα, οπότε δεν υπάρχουν ούτε καλές ούτε κακές σκέψεις, λόγια ή πράξεις. Στο διαλογισμό δεν σκεφτόμαστε, δε μιλάμε και δεν πράττουμε. Γι' αυτόν το λόγο, ο χρόνος που αφιερώνουμε σε διαλογισμό είναι χρόνος που δε δημιουργούμε καινούριο κάρμα, για το οποίο το σώμα μας θα κληθεί κάποτε να δρέψει τους καρπούς του. Αυτό είναι μια πραγματική προληπτική ιατρική, γιατί μας εξασφαλίζει ότι δε θα δημιουργήσουμε κάρμα, που ενδέχεται να μας προσκαλέσει μελλοντικές ασθένειες ή ατυχήματα.

Ένας δεύτερος λόγος για τον οποίο αρρωσταίνουμε είναι επειδή έχουμε παραβιάσει τους νόμους της φύσης. Μερικοί άνθρωποι εσφαλμένα νομίζουν ότι κάθε φορά που κρυολογούμε ξεπληρώνουμε κάρμα. Δεν είναι απαραιτήτως έτσι τα πράγματα. Αν δεν πήραμε τα κατάλληλα μέτρα για να προφυλάξουμε την υγεία μας, αν για παράδειγμα σφίξαμε το χέρι κάποιου που έχει συναχωθεί και μετά τρίψαμε τα μάτια μας ή αν φάγαμε χωρίς πρώτα να έχουμε πλύνει τα χέρια μας, τότε είναι πολύ πιθανό να νοσήσουμε κι εμείς οι ίδιοι. Αν είχαμε πάρει τις προφυλάξεις μας, θα μπορούσαμε να είχαμε αποφύγει, ας πούμε την "ίωση". Αν απρόσεκτα κόβουμε ένα καρότο με το μαχαίρι, μπορεί και να κοπούμε. Δεν μπορούμε να αποδώσουμε στο κάρμα κάθε αρρώστια ή κάθε μας ατύχημα.

Ρωτούσαν κάποτε τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ πώς μπορούμε να διακρίνουμε αν μια ασθένεια οφείλεται στο κάρμα ή όχι, κι εκείνος έδωσε αυτή την γενική απάντηση: «*Αν, παρόλες τις προσπάθειες σας να παραμείνετε υγιείς, μια αρρώστια ή ένα ατύχημα φαίνεται σαν να έρχεται από το πουθενά, χωρίς καμία προφανή αιτία, τότε μπορείτε να το θεωρήσετε ως μία καρμική αντίδραση που πρέπει να πληρώσετε. Αλλά αν οφείλεται σε παραβίαση των νόμων της φύσης, η φύση εκδικείται*». Κατά συνέπεια, κάποιες αρρώστιες οφείλονται στο ότι αφήνουμε τον εαυτό μας εκτεθειμένο στα αποτελέσματα που προκαλεί η παραβίαση των φυσικών νόμων.

Ο διαλογισμός και πάλι μπορεί να μας βοηθήσει. Γινόμαστε περισσότερο συνειδητοί για τις πράξεις μας και παίρνουμε περισσότερες προφυλάξεις, σεβόμενοι τους νόμους της φύσης. Αν αδιαθετήσουμε εξαιτίας της παραβίασης των φυσικών νόμων, είναι ευκαιρία να αφιερώσουμε χρόνο στο διαλογισμό και να υπερβούμε την ασθένεια, βρίσκοντας γαλήνη και ηρεμία πάνω από τη συνειδητότητα του σωματικού πόνου. Αρκεί μόνο να ρίξουμε μια ματιά στις *παραθανάτιες εμπειρίες* που περιέγραψε πριν μερικά χρόνια ο Δρ. Μούντι, για να αντιληφθούμε πώς κάποιοι άνθρωποι που πέρασαν μέσα από βασανιστικούς πόνους εξαιτίας κάποιου ατυχήματος, ξεπέρασαν τον πόνο, όταν εγκατέλειψαν το σώμα τους και ακόμα μπορούσαν να δουν το σώμα τους γεμάτο πληγές και τραύματα να είναι ξαπλωμένο και οι ίδιοι να μη νιώθουν κανένα σωματικό πόνο, μέχρι που επέστρεψαν στο σώμα τους. Αυτή είναι μια περίπτωση που, κατ᾽ αναλογία, μας δίνει μια ιδέα για την προστατευτική δύναμη ενάντια στον πόνο, με την οποία εφοδιαζόμαστε όταν τελειοποιήσουμε το διαλογισμό μας.

Ο τρίτος λόγος για τον οποίο αρρωσταίνουμε οφείλεται στη σύνδεση σώματος με το νου. Οι ερευνητές στο χώρο της ιατρικής έχουν συσχετίσει συγκεκριμένες ασθένειες με τη νοητική και συναισθηματική μας κατάσταση. Έχουν ανακαλύψει πως, όταν αγχωνόμαστε νοητικά ή πονάμε συναισθηματικά ή νιώθουμε κατάθλιψη, εξασθενεί η άμυνα του οργανισμού μας.

Γινόμαστε πιο επιρρεπείς στις αρρώστιες, γιατί η ικανότητά μας να διατηρούμε το ανοσοποιητικό μας σύστημα σε πλήρη λειτουργία ελαττώνεται. Η επιστήμη έχει εντοπίσει συγκεκριμένες ασθένειες, όπως είναι ορισμένα καρδιακά νοσήματα, νοσήματα του πεπτικού και του αναπνευστικού, ημικρανίες κλπ. που κάποιες φορές οφείλονται σε άγχος. Αφιερώνοντας τακτικό χρόνο σε διαλογισμό, έχει αποδειχτεί ότι ελαττώνουμε το άγχος.

Σε πολλά ιατρικά κέντρα και νοσοκομεία εφαρμόζονται μέθοδοι διαλογισμού ως μέσο για την ελάττωση του άγχους, προκειμένου να ανακουφιστούν οι ασθενείς από το άγχος. Με αυτό τον τρόπο ο διαλογισμός σε ορισμένες περιπτώσεις, μπορεί να μας βοηθήσει να θεραπεύσουμε το φυσικό μας σώμα, θεραπεύοντας τη νοητική και συναισθηματική μας κατάσταση.

Ο διαλογισμός σαν μέσο θεραπείας του νου

Σ᾽ αυτό τον πολυτάραχο κόσμο που ζούμε, ο νους μας βρίσκεται συχνά σε υπερένταση, εξαιτίας της πίεσης και του άγχους που νιώθουμε. Η ζωή έχει γίνει τόσο πολύπλοκη και οι άνθρωποι έχουν να κάνουν τόσα πολλά πράγματα, ώστε ο χρόνος δεν τους φτάνει. Μερικοί άνθρωποι έχουν δουλειές που απαιτούν πολύωρη απασχόληση και μεγάλες ευθύνες. Άλλοι κάνουν δυο δουλειές για να μπορέσουν να θρέψουν την οικογένειά τους. Η πολύ μεγάλη αυτή πίεση συχνά κάνει τους ανθρώπους να έχουν τεντωμένα νεύρα. Γίνονται ευέξαπτοι, χάνουν την ψυχραιμία τους και προβαίνουν σε βίαιες πράξεις. Έτσι, με τον τρόπο που φέρονται, αρχίζουν να μην είναι “ο εαυτός τους”. Μερικές φορές ξεσπούν στα αγαπημένα τους πρόσωπα, πληγώνοντας τα και στη συνέχεια οι ίδιοι υποφέρουν ακόμα περισσότερο.

Ο διαλογισμός είναι ένας τρόπος να εξαφανιστεί η έλλειψη ψυχραιμίας που προκαλείται από τα νοητικά άγχη της ζωής. Αφιερώνοντας χρόνο σε διαλογισμό δημιουργούμε έναν

παράδεισο ηρεμίας, μέσα στον οποίο βρίσκουμε τη χαμένη μας ισορροπία και την ηρεμία της νοητικής λειτουργίας μας. Οι ερευνητές έχουν καταγράψει ότι η εγκεφαλική δραστηριότητα των ανθρώπων που διαλογίζονται κυμαίνεται στα 4-10 Hz, που είναι μια κατάσταση βαθιάς χαλάρωσης. Ο νους τους ηρεμεί και το σώμα τους επίσης ηρεμεί. Αν μπορούσαμε να αφιερώνουμε λίγη ώρα σε διαλογισμό κάθε μέρα, θα διαπιστώναμε ότι τα επίπεδα του άγχους μας θα ελαττώνονταν.

Εκτός όμως από την ελάττωση του άγχους στη διάρκεια του διαλογισμού, η επίδραση του διαλογισμού εξακολουθεί να παραμένει μαζί μας και μετά το τέλος του. Διαπιστώνουμε ότι ο νους μας μπορεί και παραμένει περισσότερο ήρεμος, ενώ συνεχίζουμε να επιτελούμε τις δραστηριότητές μας, καθόλη τη διάρκεια της ημέρας. Καθώς τελειοποιούμε το διαλογισμό μας, μπορούμε να διατηρήσουμε αυτή την ήρεμη κατάσταση του νου ακόμη και εν μέσω συγκρούσεων και ταραχών. Θα διαπιστώσουμε ότι ελέγχουμε καλύτερα τις αντιδράσεις μας και ότι παραμένουμε ατάραχοι, όταν βλέπουμε τους άλλους ανθρώπους να είναι επιθετικοί απέναντί μας.

Ένα άλλο όφελος του διαλογισμού είναι η αλλαγή της οπτικής γωνίας που βλέπουμε τα πράγματα. Συγκεκριμένα, καθώς υπερβαίνουμε τη σωματική μας συνειδητότητα, ανακαλύπτουμε ότι υπάρχει κάτι παραπάνω από αυτό το υλικό επίπεδο ύπαρξης, αποστασιοποιούμαστε όλο και πιο πολύ από γεγονότα και προβλήματα που στο παρελθόν ίσως να μας ενοχλούσαν και τελικά βλέπουμε την πλήρη εικόνα της πραγματικότητας και συνειδητοποιούμε τις ανώτερες αξίες της ζωής.

Αυτοί που είχαν παραθανάτιες εμπειρίες, ανέφεραν ότι το σημαντικότερο πράγμα είναι να αγαπάμε και να βοηθάμε τους άλλους. Τα ανούσια μικρογεγονότα της ζωής δεν τους ενοχλούσαν πια, γιατί συνειδητοποίησαν πως, όταν φύγουμε από αυτό τον κόσμο, τίποτα άλλο δεν θα αξιολογηθεί, εκτός από το πόσο έχουμε αγαπήσει και πόσο έχουμε προσφέρει ανιδιοτελείς υπηρεσίες κατά τη διάρκεια της ζωής μας. Ο διαλογισμός, φωτίζει αυτή την οπτική γωνία και αποκαλύπτει

την ισχύ της, με αποτέλεσμα να μη παρασυρόμαστε από όλα τα ανούσια μικροπράγματα της ζωής, αλλά να παραμένουμε συγκεντρωμένοι σε ανώτερους στόχους, στη Πνευματική μας πρόοδο.

Με το διαλογισμό, μπορούμε να θεραπεύσουμε τον ταραγμένο μας νου και μπορούμε, με τον καιρό, να αναπτύξουμε νοητική ισορροπία, ώστε να είμαστε σε θέση να ενεργούμε πιο αποτελεσματικά και πιο ήρεμα μέσα στο κόσμο.

Ο διαλογισμός σαν μέσο θεραπείας του συναισθηματικού πόνου

Τις τελευταίες δεκαετίες η οικογενειακή ζωή έχει αλλάξει δραματικά, καθώς στις περισσότερες οικογένειες και οι δύο γονείς είναι αναγκασμένοι να δουλεύουν, με αποτέλεσμα να αφιερώνουν όλο και λιγότερο χρόνο στα παιδιά τους. Τα παιδιά συχνά μεγαλώνουν με οικιακές βοηθούς, σε παιδικούς σταθμούς και σε νηπιαγωγεία. Σε παλαιότερες εποχές οι οικογένειες είχαν πολλά άτομα γιατί όλοι οι συγγενείς ζούσαν στον ίδιο χώρο. Σήμερα τα παιδιά δεν μπορούν να μένουν κοντά στους παππούδες και τις γιαγιάδες, τους θείους και τις θείες τους, για να τα προσέχουν και να τα φροντίζουν όση ώρα οι γονείς τους εργάζονται. Έτσι όσο περνάει ο καιρός, τα παιδιά δεν εισπράττουν την ποιότητα της αγάπης και της προσοχής που χρειάζονται για να γίνουν ολοκληρωμένοι και συναισθηματικά υγιείς άνθρωποι.

Ακόμα, τα τελευταία χρόνια, παρατηρείται αύξηση των κρουσμάτων κακοποίησης του ενός από τον άλλο σύζυγο, καθώς και της παιδικής κακοποίησης, αύξηση του εθισμού στα ναρκωτικά και στο αλκοόλ και αύξηση των διαζυγίων. Στις Δυτικές κοινωνίες, με τη μεγάλη σημασία που δίνουμε στις ακαδημαϊκές σπουδές και στην υπερπροσπάθεια που καταβάλλουμε για να εξασφαλίσουμε μια επιτυχημένη επαγγελματική σταδιοδρομία, δεν αφιερώνουμε αρκετό χρόνο στο να

καλλιεργήσουμε καλές σχέσεις με άλλους ανθρώπους και να ασχοληθούμε με τρυφερότητα με τους συζύγους και τα παιδιά μας. Ακόμα δεν έχουμε χρόνο να αφιερώσουμε για να ασχοληθούμε με τον πόνο και τις ανάγκες των συνανθρώπων μας. Το αποτέλεσμα είναι, όπως μας λένε οι επιστήμονες, να παρατηρείται ένας συνεχώς αυξανόμενος αριθμός ανθρώπων που παρουσιάζουν συναισθηματικά προβλήματα. Τα ψυχολογικά προβλήματα που κάποτε θεωρούσαμε ότι είναι προβλήματα που απασχολούσαν μόνο λίγους, τώρα πια έχουν γίνει πρόβλημα των πολλών.

Οι ψυχολόγοι σήμερα μας βεβαιώνουν ότι τα προβλήματα αυτά οφείλονται σε κατάλοιπα συναισθηματικής στέρησης στην παιδική ηλικία. Η δημοφιλέστερη φράση στη Δύση για τη θεραπεία αυτής της κατάστασης είναι «γιάτρεψε το παιδί που κρύβεις μέσα σου».

Αυτή η φράση αναφέρεται στα αρνητικά συναισθήματα που μας πλήγωσαν όταν ήμαστε παιδιά και που ποτέ δε γιατρεύτηκαν. Μπορεί να μας πλήγωσαν ή να μας κακοποίησαν οι ίδιοι μας οι γονείς. Μπορεί να νιώσαμε ότι δε μας αγάπησαν, δε μας προστάτεψαν, ότι μας εγκατέλειψαν, μας απέρριψαν ή μας ντρόπιασαν. Όταν οι γονείς ενός μικρού παιδιού, που γι αυτό οι γονείς είναι ότι σημαντικότερο έχει, δεν το στηρίζουν, δεν το βοηθούν να δώσει λύση σ' αυτό που του προκαλεί πόνο, τότε αυτό το παιδί κουβαλάει τις ψυχολογικές πληγές του και μετά την ενηλικίωσή του. Είναι σαν η συναισθηματική ανάπτυξη αυτών των ανθρώπων να σταμάτησε στο στάδιο του παιδιού.

Παρότι οι άνθρωποι μεγαλώνουν και αποκτούν το σώμα και τις νοητικές ικανότητες ενός ενήλικα, τα συναισθήματά τους συνεχίζουν να βρίσκονται σε νηπιακό στάδιο ωριμότητας. Συνεπώς, όταν οι άλλοι ενήλικες τούς πληγώνουν, τους κρίνουν, τους απορρίπτουν ή δεν τους δείχνουν αγάπη, οι ενήλικες που κουβαλούν μέσα τους πόνο από τα παιδικά τους χρόνια, αντιδρούν όπως αντιδρούσαν όταν ήταν παιδιά. Βάζουν τα κλάματα, μένουν βουβοί, το βάζουν στα πόδια, κλείνονται

στον εαυτό τους, ξεσπούν σε οργή και φέρονται παιδιάστικα στις συναναστροφές τους με τους άλλους ενήλικες. Ο πόνος που προκαλείται από μια συναισθηματική πίεση, ανοίγει ξανά τις παιδικές τους πληγές και ξαναζούν τον ίδιο πόνο, ξανά και ξανά, και ως ενήλικες.

Κάθε φορά που πληγώνονται, βαθαίνει το τραύμα της πληγής τους, που με το χρόνο αντί να θεραπεύεται, γίνεται ολοένα και πιο οδυνηρό. Τελικά τα άτομα αυτά γίνονται τόσο υπερευαίσθητα, ώστε κάποτε αναπτύσσουν ακόμα και νευρώσεις, οι οποίες τους εμποδίζουν να ζουν φυσιολογικά και να χειρίζονται τις καταστάσεις που αντιμετωπίζουν στην ενήλικη ζωής τους. Σε ορισμένες πιο σοβαρές περιπτώσεις αρχίζουν να αποφεύγουν τους ανθρώπους, έχουν τάσεις αυτοκαταστροφής ή ενεργούν επιθετικά, ακόμα και για ασήμαντες αφορμές.

Ο διαλογισμός μπορεί να συμπληρώσει τις ποικίλες μορφές θεραπείας που χρησιμοποιούν οι άνθρωποι για να γιατρέψουν το συναισθηματικό τους πόνο. Καθώς οι άνθρωποι δουλεύουν για να ξεπεράσουν τα συναισθηματικά τους προβλήματα, συχνά με την καθοδήγηση ειδικών, μπορούν να βελτιώσουν τα θεραπευτικά αποτελέσματα κάνοντας διαλογισμό. Ο διαλογισμός βοηθάει στο συναισθηματικό πόνο με ποικίλους τρόπους. Υπερβαίνοντας το σώμα μπορούμε να δούμε τη ζωή μας από μια πιο καθαρή οπτική γωνία. Αρχίζουμε να αναγνωρίζουμε τις ρίζες του πόνου μας και αρχίζουμε να λύνουμε τα προβλήματα που μέχρι εκείνη τη στιγμή θεωρούμε άλυτα. Πολλοί άνθρωποι δε γνωρίζουν καν γιατί νιώθουν και ενεργούν κατ᾽ αυτό τον τρόπο. Ανεβάζοντας τη συνειδητότητά μας, πάνω από το υλικό επίπεδο, που στην πραγματικότητα είναι ένα πεδίο άγνοιας, αποκτάμε τη γνώση των αιτίων για κάποια από τα συναισθήματά μας και μπορούμε τότε να εντοπίσουμε τον τομέα της ζωής μας πάνω στον οποίο χρειάζεται να δουλέψουμε.

Στο διαλογισμό ερχόμαστε σε επαφή με την Πηγή όλης της Αγάπης. Το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου είναι φτιαγμένο από την ίδια ουσία με αυτήν της ψυχής και της Υπερψυχής

(Θεού). Η ουσία αυτή είναι Αγάπη, συνειδητότητα και μακαριότητα. Όσο ερχόμαστε σε επαφή μαζί της, βιώνουμε θεία Αγάπη. Συνδεόμαστε με την Αγάπη του Θεού που βρίσκεται κοιμισμένη μέσα μας. Λέγεται ότι: «Ο Θεός είναι Αγάπη, η ψυχή είναι Αγάπη και ο δρόμος πίσω στο Θεό είναι επίσης μέσα από την Αγάπη.» Μπορεί να μην είχαμε νιώσει Αγάπη ως παιδιά και ίσως ακόμα και τώρα να υποφέρουμε απ᾽ αυτές τις πληγές, αλλά η επαφή με τη Θεϊκή Αγάπη γεμίζει τα κενά με περισσότερη Αγάπη από όση μπορούμε ποτέ να φανταστούμε. Μπορούμε να πάρουμε μια ιδέα γι᾽ αυτή την Αγάπη διαβάζοντας για τις παραθανάτιες εμπειρίες που βίωσαν κάποιοι άνθρωποι.

Περιγράφουν ότι βρέθηκαν στην παρουσία ενός φωτεινού όντος που τους ακτινοβολούσε τόση Αγάπη, όση δεν ένιωσαν ποτέ σε ολόκληρη τη ζωή τους. Στην πραγματικότητα, η Αγάπη αυτή, τους γέμιζε τόσο πολύ και τόσο βαθιά, ώστε πολλοί δεν επιθυμούσαν να επιστρέψουν στο σώμα τους. Και θα πρέπει να σημειώσουμε ότι οι παραθανάτιες εμπειρίες, μόλις που αγγίζουν τα σύνορα των ανώτερων περιοχών συνειδητότητας.[1] Οι άγιοι και οι ιδρυτές των θρησκειών, που ταξίδεψαν σε ανώτερες περιοχές μέσω της προσευχής και του διαλογισμού, έχουν περιγράψει στα γραπτά τους τη συναρπαστική Αγάπη που βίωσαν στο Υπερπέραν.

Η αγία Αικατερίνη της Σιένα μιλάει γι᾽ αυτήν σαν τον μυστικό γάμο της με το Θεό. Οι μύστες και οι άγιοι από την Ινδία και την Περσία μιλούν για την ένωση με το Θεό σαν τον αιώνιο γάμο με τον Αγαπημένο τους. Όταν μουσκέψουμε απ᾽ αυτή την Αγάπη, γεμίζει το κενό που άφησαν στην καρδιά μας οι πληγές των παιδικών μας χρόνων. Επομένως, ο διαλογισμός μπορεί να είναι μια αποτελεσματική μέθοδος για τη θεραπεία του συναισθηματικού πόνου.

---

1 Σημ. μετ. αφορούν την Αιθερική Περιοχή

Ο διαλογισμός σαν μέσο θεραπείας της ψυχής

Ακόμα πιο δριμύς από τον πόνο του φυσικού σώματος, του νου και των συναισθημάτων είναι ο πνευματικός πόνος. Η δίψα για το Θεό προκαλεί βαθύτερο πόνο απ᾽ οποιοδήποτε άλλο είδος πόνου. Ο άγιος Ιωάννης του Σταυρού αναφέρεται σ᾽ αυτόν ως μια «*σκοτεινή νύχτα της ψυχής*». Θέλουμε να δούμε το Δημιουργό μας, επιθυμούμε να γνωρίσουμε την έσχατη αλήθεια και θέλουμε να ανακαλύψουμε το μυστήριο της ύπαρξής μας και παρόλα αυτά δε βρίσκουμε τις απαντήσεις. Κάποτε ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ είπε: «*Μόλις το ερώτημα για το μυστήριο της ζωής και του θανάτου εισχωρήσει μέσα στην καρδιά μας, δεν μπορούμε να βρούμε ησυχία μέχρι να ανακαλύψουμε τις απαντήσεις*». Ως νέος, ο ίδιος, έχυνε μέρα και νύχτα καυτά δάκρυα, παρακαλώντας το Θεό να τον οδηγήσει σε κάποιον που θα μπορούσε να του δώσει τις απαντήσεις στα ερωτήματά του και να του δείξει τον πνευματικό δρόμο.

Όταν μας καταλάβει πνευματική πείνα, αρχίζουμε να ψάχνουμε για πνευματική τροφή. Αυτή είναι η αφετηρία της πνευματικής μας αφύπνισης. Μπορεί να ψάξουμε για απαντήσεις στη θρησκεία μας. Μπορεί να διαβάσουμε τις Γραφές, να πηγαίνουμε σε τόπους λατρείας και να συμμετέχουμε σε θρησκευτικές τελετές και ιεροτελεστίες. Αν δε βρούμε εκεί τις απαντήσεις που γυρεύουμε, μπορεί να διαλέξουμε κάποια μορφή *γιόγκα* ή πνευματικής πειθαρχίας. Τελικά, όταν σκεφθούμε να ακολουθήσουμε το μονοπάτι που ακολούθησαν εκείνοι που βρήκαν τις απαντήσεις, οι άγιοι, οι μύστες, οι ιδρυτές των θρησκειών και οι πνευματικοί Διδάσκαλοι, φτάνουμε στο ίδιο συμπέρασμα με αυτούς. Φτάνουμε στο ίδιο ακριβώς σταθερό σημείο, ότι δηλαδή ο δρόμος βρίσκεται μέσα μας και μπορούμε να τον διατρέξουμε μέσα από το διαλογισμό.

« Ιδού γαρ η βασιλεία του Θεού εντός υμών εστίν.» (Λουκ. 17:21)

Ο διαλογισμός είναι σε θέση να ανυψώσει την ψυχή μας σε βασίλεια που μπορούμε να βρούμε τις απαντήσεις σε όλες τις πνευματικές μας ερωτήσεις. Μπορούμε να ταξιδέψουμε σε Περιοχές που υπάρχουν μέσα μας, όπως συμβαίνει όταν εγκαταλείπουμε το φυσικό μας σώμα την ώρα του θανάτου. Το καυτό ερώτημα «*πού πηγαίνουμε μετά θάνατο;*» θα απαντηθεί, γιατί ήδη θα έχουμε ταξιδέψει μέχρι εκεί μέσα από το διαλογισμό. Ο θάνατος δε θα μας τρομάζει πια, γιατί θα δούμε από μόνοι μας ότι έχει ως αποτέλεσμα περισσότερη μακαριότητα, χαρά και Αγάπη απ' όση θα μπορούσαμε ποτέ να φανταστούμε.

Βλέπουμε τον εαυτό μας ως ψυχή, ως Φως του Θεού και γνωρίζουμε ότι είμαστε (*η ψυχή μας*) σταγόνες της Υπερψυχής. Τελικά φτάνουμε σε ένα επίπεδο όπου συγχωνευόμαστε με το Θεό και γινόμαστε πανσυνειδητοί. Σ' αυτό το στάδιο της συνένωσης με το Θεό η πνευματική μας δίψα σβήνει. Δεν λαχταράμε πια να νιώσουμε Αγάπη. Γινόμαστε η ίδια η Αγάπη.

Ο διαλογισμός σαν μέσο θεραπείας του κόσμου

Καθώς ένα άτομο θεραπεύει τον πόνο του και ολοκληρώνεται μέσω του διαλογισμού, πραγματοποιείται κι ένα άλλο γεγονός. Κάθε άτομο γίνεται το μέσο για τη θεραπεία του πλανήτη. Όταν αποκτάμε ηρεμία μέσα μας, όταν οι σωματικές, οι νοητικές, οι συναισθηματικές και οι πνευματικές μας οδύνες θεραπεύονται, ακτινοβολούμε αυτή την ηρεμία και στους άλλους. Δεν είμαστε πια πηγή συγκρούσεων, αλλά γιατρειά για τις συγκρούσεις. Δεν πληγώνουμε πια τους άλλους με τη σκέψη, τα λόγια ή τις πράξεις μας. Αντίθετα, βάζουμε βάλσαμο στις πληγές τους.

Όταν υπερβαίνουμε αυτόν τον κόσμο μέσω του διαλογισμού, βλέπουμε το Φως του Θεού μέσα σ' όλα και αγαπάμε όλη τη Δημιουργία σαν τη μοναδική οικογένεια του Θεού. Γινόμαστε πρεσβευτές ειρήνης και καλής θέλησης, γινόμαστε οι πρεσβευτές της Αγάπης. Αν κάθε άτομο πρόσφερε την κα-

ταπραϋντική παρουσία του σε όλους όσους συναντάει, δε θα αργούσε να έρθει η εποχή που θα γιατρευόταν ο κόσμος από τις μάστιγες του πολέμου, του μίσους και της μισαλλοδοξίας. Η εξωτερική ειρήνη θα διασφαλιζόταν και μια Χρυσή Εποχή Πνευματικότητας θα άρχιζε.



7. Ο Εσωτερικός θησαυρός

"Μη θησαυρίζετε εις εαυτούς θησαυρούς επί της γης, όπου σκώληξ και σκωρία αφανίζει και όπου κλέπται διατρυπούσι και κλέπτουσι αλλά θησαυρίζεται εις εαυτούς θησαυρούς εν ουρανώ, όπου ούτε σκώληξ ούτε σκωρία αφανίζει και όπου κλέπται δεν διατρυπούσι ουδέ κλέπτουσι. Επειδή όπου είναι ο θησαυρός σας, εκεί θέλει είσθαι και η καρδία σας". Ματθ. 6:19-21

Αν κοιτάξουμε γύρω μας, θα δούμε ότι οι περισσότεροι άνθρωποι σπαταλάνε τη ζωή τους στην προσπάθεια να αποκτήσουν χρήματα, υλικά αγαθά, πανάκριβα κοσμήματα, τίτλους ευγενείας, παγκόσμια φήμη, θέσεις εξουσίας και γνωριμίες που να τους δίνουν κύρος. Άλλοι πάλι σπαταλούν το χρόνο τους κυνηγώντας εγκόσμιες ηδονές, με σκοπό να ικανοποιήσουν τις αισθησιακές τους επιθυμίες. Στην εποχή μας με την εμφάνιση της διαφήμισης οι άνθρωποι πιστεύουν πως αν δεν αποκτήσουν μια γιγαντοτηλεόραση ή ένα τελευταίου τύπου αυτοκίνητο, δεν ακολουθούν το ρεύμα της εποχής και μένουν στο περιθώριο. Δίνουμε έτσι ένα τρελό αγώνα δρόμου στην προσπάθεια να αντικαταστήσουμε αυτά που ήδη έχουμε με ό,τι πιο τεχνολογικά σύγχρονο υπάρχει. Εργαζόμαστε νυχθημερόν προκειμένου να ικανοποιήσουμε τις ανάγκες μας, ακόμη κι αν αυτό σημαίνει να αποκτήσουμε πράγματα που δε μας είναι πραγματικά απαραίτητα.

Οι πραγματικοί θησαυροί της ζωής

Δυστυχώς, όλα όσα αποκτάμε δεν κρατούν για πάντα. Γνωρίζουμε ότι υπάρχει το ενδεχόμενο κάποια στιγμή να χάσουμε τα χρήματα ή την περιουσία μας. Άνθρωποι που σήμερα είναι διάσημοι, αύριο μπορεί να χάσουν την υπόληψή τους ή να ξεχαστούν. Προσωπικότητες που κατέχουν υψηλά αξιώμα-

τα ανά πάσα στιγμή μπορεί να υποβιβαστούν ή να χάσουν τη δουλειά τους. Ακόμα και τους ανθρώπους που αγαπάμε, μπορεί να τους χάσουμε μέσα σε μια στιγμή από το αιφνίδιο και αναπόφευκτο χέρι του θανάτου. Όση ευτυχία κι αν μας προσφέρουν τα υλικά αγαθά, η εξουσία και η διασημότητα, αυτή δε διαρκεί για πάντα. Εντούτοις, αν χάσουμε κάτι απ᾽ όλα αυτά, υποφέρουμε από πόνο και αγανάκτηση.

Όλοι θα πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι οι πραγματικοί θησαυροί της ζωής είναι οι Εσωτερικές εμπειρίες του Φωτός και του Ήχου. Αντί να προσπαθούμε να συσσωρεύσουμε χρήματα και άλλα υλικά αγαθά, θα ήταν πιο χρήσιμο να προσπαθήσουμε να απολαύσουμε ολοένα και περισσότερες Εσωτερικές εμπειρίες. Όσα υλικά αγαθά κι αν αποκτήσουμε, δεν μπορούμε να τα πάρουμε μαζί μας και να διαβούμε την πύλη του θανάτου. Αν καταφέρουμε να μην τα αποχωριστούμε σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας, τότε θα είμαστε τυχεροί. Αλλά μόλις περάσουμε τις πύλες προς το υπερπέραν, ό,τι είναι υλικό παύει να έχει για μας αξία. Μας είναι πια παντελώς άχρηστο.

Οι μόνοι θησαυροί που μπορούμε να αποκτήσουμε στη γη και να έχουν πραγματική αξία, είναι οι εμπειρίες του θείου Φωτός και του Ήχου που απολαμβάνουμε στο διαλογισμό, γιατί αυτές είναι που μας οδηγούν στα φωτεινά βασίλεια του υπερπέραν. Μας μεταφέρουν με ασφάλεια, προσπερνώντας τον «*Κύριο της Κρίσης*», ασφαλείς, μέσα στην ανοιχτή αγκαλιά του Αγαπημένου μας Διδασκάλου, που θα μας οδηγήσει σε βασίλεια μακαριότητας και χαράς, πολύ πέρα από τις σκοτούρες και τα προβλήματα αυτού του κόσμου.

Η άσκηση του διαλογισμού και ο ρόλος του νου

Αν στη ζωή μας έχουμε σταθεί αρκετά τυχεροί και έχουμε λάβει από ένα Τέλειο Διδάσκαλο, μύηση στο Νάαμ ή Ιερό Λόγο, μόνο τότε μπορούμε να συνειδητοποιήσουμε το πόσο ανεκτίμητος είναι ο διαλογισμός και ότι αυτός αποτελεί ένα

δώρο που μας έχει προσφερθεί από το Θεό. Δυστυχώς όμως πολλοί αγνοούν τη χρησιμότητα και την πραγματική αξία του διαλογισμού.

Όταν διαλογιζόμαστε τακτικά, κάποτε θα απολαύσουμε Εσωτερικά οράματα και θέες Φωτός, καθώς και τη γλυκιά αρμονία της Εσωτερικής Μουσικής, της Μουσικής των Σφαιρών. Όσο βιώνουμε αυτές τις εμπειρίες, τόσο περισσότερο θα τελειοποιούμαστε στο διαλογισμό. Ισχύει ό,τι ακριβώς και στην περίπτωση που δυναμώνουμε και εξασκούμε τους μυς, για να μπορέσουμε να ρίξουμε μια μπαλιά, να σηκώσουμε βάρη ή να παίξουμε κάποιο έγχορδο μουσικό όργανο. Όσο περισσότερο εξασκούμαστε, τόσο οι μυες συνηθίζουν την κίνηση κι εμείς τελειοποιούμαστε. Παρόμοια, όσο περισσότερο εξασκούμε τη συγκέντρωση της προσοχής μας Εσωτερικά, στον «Τρίτο» ή «Απλό» ή «Μοναδικό Οφθαλμό», τόσο πιο εύκολα θα αυτοσυγκεντρωθούμε την επόμενη φορά που θα καθίσουμε σε διαλογισμό. Θα αναπτύξουμε τη συνήθεια να ακινητοποιούμε το νου με το "*σιμράν*", να συγκεντρώνουμε την προσοχή μας στον Τρίτο οφθαλμό και να καθόμαστε με υπομονή και Αγάπη, χωρίς οι σκέψεις να παρεμβαίνουν, μέχρι να δούμε το Θείο Φως ή να ακούσουμε το Θείο Ήχο. Κάθε φορά που πετυχαίνουμε να συγκεντρωνόμαστε Εσωτερικά και να βλέπουμε Φως, ενισχύουμε αυτήν την ικανότητα, ώστε την επόμενη φορά που θα καθίσουμε σε διαλογισμό θα μας είναι πιο εύκολο. Μέρα με τη μέρα θα βελτιώνουμε την αυτοσυγκέντρωσή μας και θα απολαμβάνουμε ολοένα και περισσότερα Εσωτερικά οράματα.

Όσο αυξάνουμε τη συγκέντρωση μας και μειώνουμε το χρόνο που απαιτείται για να αποσυρθούμε στην εστία των ματιών, τόσο πιο γρήγορα θα συναντήσουμε την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου Εσωτερικά. Όταν συναντήσουμε την υπέροχη Ακτινοβόλο Μορφή του, η δουλειά μας θα έχει τελειώσει, γιατί από δω και μπρος αναλαμβάνει Εκείνος να μας οδηγήσει παρακάτω στο Εσωτερικό μας ταξίδι και να μας περάσει μέσα από το Αστρικό, το Αιτιατό και το Υπεραιτιατό Επίπεδο, μέχρι να φτάσουμε στο Αιώνιο Σπίτι μας, το Σατς Καντ.

Θα πρέπει λοιπόν ο ενθουσιασμός και η έξαψη που νιώθουμε για την απόκτηση των Εσωτερικών θησαυρών να είναι όμοια με εκείνη που νιώθουν οι εγκόσμιοι άνθρωποι για τη συσσώρευση πλούτου και υλικών αγαθών. Πρέπει να αδημονούμε να δούμε Εσωτερικά οράματα και να ακούσουμε Εσωτερική μουσική. Πρέπει να θεωρούμε ότι μια μέρα χωρίς διαλογισμό είναι μια μέρα που δεν κερδίσαμε κανένα πνευματικό κεφάλαιο. Ακριβώς όπως μετράμε πόσα χρήματα κερδίζουμε καθημερινά από τις επιχειρήσεις, τις πωλήσεις ή το μεροκάματό μας, έτσι θα πρέπει να λαχταράμε να κάτσουμε κάτω και να υπολογίσουμε πόσες Εσωτερικές θέες και ήχους απολαύσαμε μέσα στην ημέρα.

Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, θα πρέπει να έχουμε κατά νου ότι κάποια στιγμή θα δούμε κάτι, όμως ο νους μας έχει τη φυσική ροπή να πηγαίνει από δω και από εκεί με αποτέλεσμα να δυσκολεύει την αυτοσυγκέντρωσή μας. Θα προσπαθήσει να παρεμβάλει πάρα πολλές σκέψεις, για να κρατήσει την προσοχή μας μακριά από τον Τρίτο Οφθαλμό. Έχουμε ωστόσο τη δυνατότητα να ξεγελάσουμε και να παρακάμψουμε τις δυστροπίες του νου. Μπορούμε με επιμονή να συνεχίσουμε να καθόμαστε σε διαλογισμό μέχρι να δούμε Φως ή να ακούσουμε Εσωτερική Μουσική. Μπορούμε να πειθαρχήσουμε τον εαυτό μας με τέτοιο τρόπο, ώστε να μην σηκώνεται από το διαλογισμό μέχρι να δει κάτι.

Κάθε φορά που ο νους μας περιπλανιέται, μπορούμε να του υπενθυμίσουμε ότι πρέπει να μας αφήσει λίγο μόνους, προκειμένου να καταφέρουμε να συγκεντρωθούμε στο Φως Εσωτερικά. Μόλις δούμε το Φως, μάς είναι πιο εύκολο να συνεχίσουμε να εστιάζουμε την προσοχή μας στο μέσο του, έτσι ώστε να μπορέσουμε να δούμε τι βρίσκεται πέρα απ᾽ αυτό το φως Εσωτερικά. Χρειάζεται να θυμόμαστε ότι στόχος του διαλογισμού δεν είναι να καθόμαστε σε κάποια συγκεκριμένη στάση με το νου να κάνει διάφορες σκέψεις που αφορούν τα προβλήματά ή τα μελλοντικά μας σχέδια. Στόχος του διαλογισμού είναι να βιώσουμε την εμπειρία των Εσωτερικών Φώτων

και των Ήχων και αργότερα, τη γοητευτική μορφή του Διδασκάλου Εσωτερικά.

Αν κάποιο Φως ή αν διάφορα χρώματα εμφανιστούν, θα πρέπει να συνεχίσουμε να κοιτάζουμε επίμονα στο μέσο των χρωμάτων που βρίσκονται μπροστά μας. Σε κάποια στιγμή θα δούμε έναν ουρανό. Αν κοιτάξουμε διαπεραστικά στο μέσο του, θα δούμε να εμφανίζονται σπίθες φωτός και στη συνέχεια θα έχουμε τη θέαση ενός έναστρου ουρανού. Στη συνέχεια θα πρέπει να εστιάσουμε την προσοχή μας στο πιο λαμπερό απ' αυτά τα αστέρια και μόλις περάσουμε από μέσα του, θα δούμε το "Εσωτερικό Φεγγάρι". Αν προσηλώσουμε το βλέμμα μας στο μέσο του Φεγγαριού, χωρίς να σταματήσει η συγκέντρωσή μας, θα δούμε τον "Εσωτερικό Ήλιο". Στο τέλος θα δούμε την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου, η οποία μπορεί να μας μιλήσει ή να μας πάρει μαζί της στις Ανώτερες Περιοχές της Δημιουργίας.

Πρέπει να επιθυμούμε και να φιλοδοξούμε να φτάσουμε στην Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου. Δε θα πρέπει να καθόμαστε μόνο μέχρι να δούμε Φως και μετά να σταματάμε. Πρέπει να συνεχίσουμε να γυμναζόμαστε. Ακριβώς όπως θέτουμε στόχους για τα οικονομικά μας κέρδη, έτσι πρέπει να αποφασίσουμε να καθόμαστε μέχρι να φτάσουμε στην Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου. Αν βάζουμε αυτόν το στόχο κάθε φορά που καθόμαστε για τις πνευματικές μας ασκήσεις, θα μπορούμε να μένουμε καλύτερα συγκεντρωμένοι. Αν καθόμαστε σε διαλογισμό μέχρι να έχουμε την εμπειρία Εσωτερικών οραμάτων, οι διαλογισμοί μας θα μπορέσουν να ευδοκιμήσουν και να καρποφορήσουν σε μεγαλύτερο βαθμό.

Γνωρίζουμε με ποιον τρόπο οι λογιστές κρατούν τους λογαριασμούς τους. Έχουν ένα βιβλίο μέσα στο οποίο καταγράφουν τα χρέη και τις πιστώσεις τους, τις απώλειες και τα κέρδη τους. Το «*Ημερολόγιο Αυτοενδοσκόπησης*», που επινόησε ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ, λειτουργεί με παρόμοιο τρόπο. Η μπροστινή σελίδα του ημερολογίου περιλαμβάνει στήλες στις οποίες αναγράφονται οι αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας,

της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Η δουλειά μας είναι να καταγράφουμε κάθε βράδυ τις παραλείψεις και τα σφάλματα στη σκέψη, στο λόγο και στην πράξη, στις διάφορες στήλες αυτού του ημερολόγιου Αυτοενδοσκόπησης. Κάθε φορά που καταγράφουμε ένα σφάλμα, είναι σαν να καταγράφουμε ένα χρέος ή μια απώλεια. Κάθε φορά που σκεπτόμαστε, λέμε ή κάνουμε κάτι αρνητικό, ικανοποιούμε την επιθυμία του νου να αποτρέψει την Πνευματική μας πρόοδο. Κάθε φορά που κάνουμε ένα λάθος, ελαττώνουμε τις πιθανότητες να κάνουμε καλό διαλογισμό. Αυτό συμβαίνει επειδή τα σφάλματα που καταγράφονται στις στήλες αντιπροσωπεύουν την εξουσία που έχει πάνω μας ο νους. Σημαίνει ότι κάτι θα τριγυρίζει στο μυαλό μας όταν προσπαθούμε να διαλογιστούμε και θα δυσκολέψει περισσότερο την αυτοσυγκέντρωσή μας.

Όσα περισσότερα σημάδια ή αριθμούς έχουμε κατάγράψει στην μπροστινή σελίδα του ημερολογίου, τόσο πιο δύσκολο θα είναι να ακινητοποιήσουμε το νου προκειμένου να μπορέσουμε να απολαύσουμε Εσωτερικές θέες. Όσο λιγότερα σφάλματα καταγράφουμε στις διάφορες στήλες, τόσο περισσότερο ο νους μας θα είναι ελεύθερος, ήρεμος και ακίνητος, για να μπορέσουμε να διαλογιστούμε και το αποτέλεσμα θα είναι η αύξηση των Εσωτερικών εμπειριών.

Η αύξηση του Εσωτερικού κεφαλαίου

Θα πρέπει να αδημονούμε να ελαττώσουμε τα χρέη μας και ταυτόχρονα να αυξήσουμε τα κέρδη μας, έτσι ακριβώς όπως κάνουν οι λογιστές και οι επιχειρηματίες. Ο καθημερινός μας στόχος πρέπει να είναι να εξαφανίσουμε τα χρέη ή τα παραπτώματά μας και να αυξήσουμε τα κέρδη ή τις Εσωτερικές μας εμπειρίες. Πρέπει να το πάρουμε απόφαση και κάθε μέρα να βάζουμε αυτόν το στόχο. Ακριβώς όπως οι μαθητές δουλεύουν μέρα νύχτα, για να πάρουν άριστα ή ψηλούς

βαθμούς στα διαγωνίσματά τους ή όπως οι καταστηματάρχες προσπαθούν να πουλήσουν όσο πιο πολλά είδη μπορούν, για να κερδίσουν περισσότερα χρήματα ή όπως κάποιοι άνθρωποι περνούν τη μέρα τους στα μαγαζιά, ψωνίζοντας όλο και περισσότερα ρούχα και κοσμήματα, έτσι θα πρέπει να διαλογιζόμαστε κι εμείς εφόσον σκοπεύουμε να αυξήσουμε το Πνευματικό μας κεφάλαιο.

Μέρα με τη μέρα θα πρέπει να στρέφουμε την προσοχή μας στη δημιουργία των καλύτερων συνθηκών για την απόκτηση Εσωτερικών εμπειριών. Γνωρίζουμε τι χρειάζεται για να τις αποκτήσουμε. Χρειάζεται να ελαττώνουμε τα λάθη μας στην "ηθική διαβίωση" και να αυξάνουμε το χρόνο του διαλογισμού. Με αυτό το επιστημονικό πρότυπο κατά νου, θα πρέπει να συνεχίσουμε την άγρυπνη παρατήρηση των σκέψεων μας. Κάθε φορά που μια σκέψη, ένας λόγος ή μια πράξη, που έχουν καταστρεπτικές συνέπειες για την πρόοδό μας, πάνε να εμφανιστούν, θα πρέπει να προσπαθούμε να τις καταπνίγουμε εν τη γενέσει τους.

Θα πρέπει να τα σταματήσουμε όλα αμέσως, λέγοντας στον εαυτό μας ότι θα μας ληστέψουν τα κέρδη της ημέρας. Θα πρέπει να θεωρούμε τα παραπτώματά μας σαν τους διαρρήκτες που παραβιάζουν το θησαυροφυλάκιό μας για να κλέψουν τον πραγματικό μας πλούτο. Αν προσπαθήσουν να μας τον αρπάξουν, θα πρέπει να προσπαθήσουμε να σταθούμε στα πόδια μας και να κρατηθούμε γερά, υπενθυμίζοντας στον εαυτό μας ότι πρέπει να προφυλάξει την πολύτιμη περιουσία μας. Αν το εφαρμόσουμε αυτό με επιμέλεια, βαθμιαία οι στήλες του ημερολογίου όπου καταγράφουμε τα σφάλματά μας θα αδειάσουν. Θα έχουμε διατηρήσει την ηρεμία του νου στη διάρκεια κάθε μέρας, οπότε, όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, ο νους μας θα είναι ακίνητος και η προσοχή μας θα εστιάζεται εύκολα στον Απλό ή Μοναδικό Οφθαλμό. Θα διαπιστώσουμε τότε ότι οι εμπειρίες μας θα βελτιωθούν απίστευτα.

Εμείς, οι μυημένοι των μεγάλων Διδασκάλων, πρέπει να αντιληφθούμε την αξία του κεφαλαίου που μας δόθηκε την

ώρα της μύησης και να προσπαθούμε να το αυξάνουμε κάθε μέρα. Δε θα πρέπει να το αφήσουμε να ελαττωθεί. Αντίθετα, θα πρέπει να το επενδύσουμε κατάλληλα, ώστε να το διπλασιάσουμε και να το τριπλασιάσουμε. Μπορούμε να το επενδύσουμε κρατώντας το ημερολόγιο, εξαφανίζοντας τα ηθικά μας παραπτώματα και κάνοντας τακτικά διαλογισμό. Μη βασιστείτε μόνο στο λόγο μου. Βάλτε το σε πράξη, ακόμα και σε πειραματική βάση. Δοκιμάστε το εσείς οι ίδιοι. Η πνευματικότητα είναι επιστήμη κι αν ακολουθείτε τις μεθόδους της με ακρίβεια, σίγουρα θα αποδώσει.

Ο θησαυρός της Θείας μακαριότητας μας περιμένει Εσωτερικά

Το Εσωτερικό Φως και ο Ήχος είναι μονάχα η αρχή. Μας οδηγούν σε μια κατάσταση ευτυχίας, που όμοιά της δεν μπορούμε να βρούμε σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Όταν έρθουμε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο και φτάσουμε στην Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου, θα βιώσουμε υπέρτατη ευτυχία και χαρά, πολύ μεγαλύτερη από εκείνες που μπορεί να μάς προσφέρει οποιαδήποτε εγκόσμια ηδονή ή περιουσία. Το Ιερό Νάαμ θα μάς οδηγήσει σε καταστάσεις θείας Αγάπης, μέθης και μακαριότητας. Ας αναπτύξουμε λοιπόν τις Εσωτερικές μας εμπειρίες, ώστε να μπορέσουμε να φτάσουμε στον Οίκο της Αγάπης και του Φωτός, στο Βασίλειο των Ουρανών. Θα αποκτήσουμε έτσι ένα θησαυρό που δε θα τον χάσουμε ποτέ. Μπορούμε να τον κουβαλάμε στην καρδιά και την ψυχή μας οπουδήποτε πηγαίνουμε και κάθε στιγμή θα είμαστε σε θέση να βουτήξουμε σ᾽ αυτήν την απύθμενη δεξαμενή με το Θείο Νέκταρ και να χαθούμε μέσα στους θησαυρούς της θειότητας και της Αγάπης.

«Πώς να μπορέσω να αποδώσω με λόγια τη μακαριότητα που σας περιμένει Εσωτερικά; Πώς να μπορέσω να σας περιγράψω την απόλυτη έκσταση που βιώνεται όταν η θεία

Αγάπη αγκαλιάζει, περιβάλλει, διαπερνά το κάθε κύτταρο και μουσκεύει την ψυχή με αλλεπάλληλα κύματα από Θείο Νέκταρ; Πώς μπορώ να βρω τα λόγια να εξηγήσω τι θα πει ολόκληρη η ψυχή σας να λιώνει μες στην αιώνια ένωση με το θείο Αγαπημένο; Πόσο συναρπαστικό είναι να πετάς με υπερηχητική ταχύτητα και να πέφτεις μέσα στην Αγκαλιά του θείου Αγαπημένου, Εσωτερικά; Πώς μπορώ να σας εκφράσω τι σημαίνει ο Κύριος να χαϊδεύει την ψυχή σας με τις θείες ματιές Του, να φυσάει τη φλόγα της Αγάπης Του μέσα στην κάθε σας πνοή; Μόλις κάποιος γευτεί αυτές τις εμπειρίες, πλημμυρίζει με ατέλειωτη μακαριότητα».

Αυτός ο αιώνιος θησαυρός βρίσκεται μέσα σας. Είναι τόσο κοντά σας που δε χρειάζεται καν να απλώσετε το χέρι σας για να τον αποκτήσετε! Όπως λέει και σε κάποιους στίχους του ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ:

«Ο Θεός είναι μέσα σου.
Είναι πιο κοντά απ᾽ ότι η καρωτίδα σου.
Ανύψωσε λίγο την ψυχή σου.
Φώναξέ Τον κι Αυτός σίγουρα θα σε συναντήσει.»

Υπέρτατη ευτυχία και Αγάπη μάς περιμένουν μέσα μας και το μόνο που χρειάζεται να κάνουμε είναι να αποφασίσουμε να τις απολαύσουμε. Για να βιώσουμε αυτούς τους Εσωτερικούς θησαυρούς, πρέπει να είμαστε αποφασισμένοι να ελαττώσουμε τα σφάλματά μας ώστε τα σημάδια στο Ημερολόγιο Αυτοενδοσκόπησης να φτάσουν στο μηδέν και ακόμα θα πρέπει να εμποδίζουμε την άσκοπη περιπλάνηση του νου μας, όταν καθόμαστε σε διαλογισμό.

Οι Διδάσκαλοι μάς έχουν δώσει ό,τι χρειαζόμαστε. Δεν υπάρχει κάτι παραπάνω που μπορούν να κάνουν, εκτός από το να μας ενθαρρύνουν να κάνουμε τη δουλειά που μας αναλογεί. Μας λούζουν συνέχεια με την Αγάπη, τη Χάρη και τις ματιές τους, για να μας τονώσουν Εσωτερικά.

Απλώς χρησιμοποιήστε τα εργαλεία που μας έδωσαν για να κρατάμε το νου μας ελεύθερο και την ψυχή μας δεκτική. Αν ενεργούμε κατ᾽ αυτό τον τρόπο, θα απολαύσουμε το θείο θησαυρό του Φωτός και του Ήχου, που θα μας μεταφέρει στα αιώνια βασίλεια της Αγάπης και της χαράς.



8. Βιώστε την αγαλλίαση του διαλογισμού

Ο διαλογισμός θεωρείται ως το μοναδικό μονοπάτι που οδηγεί στο Θεό. Μελετώντας κάθε θρησκεία, ανακαλύπτουμε ότι ο διαλογισμός και η προσευχή βρίσκονται στον πυρήνα κάθε μυστικιστικής εμπειρίας. Δεν υπάρχει εξωτερικός δρόμος προς το Θεό. Τα πάντα βρίσκονται μέσα μας. Το χαρακτηριστικό της επιστήμης έγκειται στο ότι ανακαλύπτουμε πως η ίδια αλήθεια αποδεικνύεται με το πείραμα που εκτελείται κάτω από όμοιες συνθήκες. Η ομορφιά της πνευματικής επιστήμης έγκειται στο ότι η ίδια αλήθεια κυλάει σαν ρεύμα μέσα σε όλες τις θρησκείες.

Θα ήθελα να ρίξουμε μια ματιά στο ρόλο που διαδραμάτισε ο διαλογισμός στη ζωή μιας από τις μεγαλύτερες γυναίκες μύστες, της Αγ. Τερέζας της Άβιλα, μιας Καθολικής Χριστιανής, που έζησε στην Ισπανία. Από τη ζωή της και από την ευδαιμονία που περιγράφει πως βίωνε στο διαλογισμό της, ο καθένας μας μπορεί να παρακινηθεί και να επιδιώξει να απολαύσει τις ίδιες εμπειρίες.

Η ζωή της Αγίας Τερέζας της Άβιλα

Η αγία Τερέζα της Αβίλα γεννήθηκε το 1515 και πέθανε το 1582 στην Ισπανία. Μεγάλωσε μέσα σε αριστοκρατική οικογένεια και αρχικά ήταν ένα ρομαντικό και ζωηρό κορίτσι που του άρεσε να απολαμβάνει τις εγκόσμιες χαρές. Παρόλα αυτά, κάτι μέσα της την τραβούσε προς τη θρησκεία. Σε νεαρή ηλικία επηρεάστηκε από τα διδάγματα του αγίου Ιγνάτιου, από πιστούς του μονοπατιού του Φραγκισκανικού μυστικισμού, και από ένα Φραγκισκανό μοναχό έμαθε την τέχνη του διαλογισμού. Επηρεάστηκε ακόμα και από άλλους Ισπανούς μύστες και αγίους της εποχής εκείνης όπως τον άγιο Ιωάννης του Σταυρού που αργότερα έγινε φίλος και συνεργάτης της.

Πριν καλά-καλά κλείσει τα είκοσι της χρόνια, μπήκε στο

μοναστήρι των Καρμελιτών στην πόλη Άβιλα. Στα είκοσι τέσσερα χρόνια της αρρώστησε και έμεινε παράλυτη για δυο χρόνια. Η αρρώστια της είχε ως αποτέλεσμα την καθυστέρηση της πνευματικής της ζωής και με αυτή έχασε λίγο από το πάθος της για την Εσωτερική αναζήτηση. Στη διάρκεια των επόμενων δώδεκα χρόνων πάλευε ανάμεσα στην έμφυτη θρησκευτικότητά της, την ανάγκη της για προσευχή και διαλογισμό και από την άλλη μεριά με την αγάπη της για εγκόσμιες χαρές και δραστηριότητες. Όπως έλεγε αργότερα, «*Από τη μια ο Θεός με καλούσε κι από την άλλη εγώ ακολουθούσα τον κόσμο. Ό,τι είχε σχέση με το Θεό μού έδινε απέραντη χαρά, όμως από την άλλη αισθανόμουνα αιχμάλωτη στα εγκόσμια πράγματα*».

Αυτή η πάλη ανάμεσα στο Θεό και τον κόσμο τής προκαλούσε μεγάλο πόνο. Οι άνθρωποι γύρω της που έβλεπαν μονάχα την αφοσίωση και την προθυμία της να βοηθήσει τους άλλους, την έφερναν σαν παράδειγμα ανθρώπου. Όμως η ίδια ένοιωθε μεγάλη ντροπή, γιατί μέσα της ήξερε πως ήταν ακόμα εγκλωβισμένη μεταξύ πνευματικότητας και εγκόσμιων απολαύσεων.

Περνώντας την κρίση της μέσης ηλικίας, στα σαράντα ένα της χρόνια, έκανε μια υπέρβαση και μέσα από αυτή βρήκε τη γαλήνη της πνευματικής ζωής. Έβαλε στην άκρη όλες τις επιθυμίες της για εγκόσμιες διασκεδάσεις και επικεντρώθηκε εκατό τοις εκατό στη μυστικιστική ζωή.

Στη διάρκεια των επόμενων δύο χρόνων δοκίμασε ένα είδος προσευχής που το ονόμασε «Ησυχία με ένωση» και μέσα από αυτό ευλογήθηκε να έχει αναρίθμητα πνευματικά οράματα και Εσωτερικές εμπειρίες. Καθώς προχωρούσε Εσωτερικά στο Πνευματικό Μονοπάτι, όλο και περισσότερο κατανοούσε ότι το θέμα της ένωσης της ψυχής της με το Θεό χρειαζόταν όπως έλεγε: «δουλειά, δουλειά και δουλειά». Η προσφορά της στον κόσμο εκείνη την εποχή οφείλεται στο ότι ισορρόπησε την Εσωτερική πνευματική της ζωή με την εξωτερική της εργασία στον κόσμο. Η αγία Τερέζα ήταν το έμπρακτο παράδειγ-

μα του τρόπου με τον οποίο μπορεί κανείς να συνδυάσει την προσωπική Εσωτερική του πρόοδο με την ανιδιοτελή προσφορά και διακονία προς το συνάνθρωπο. Τα αποτελέσματα της Εσωτερικής της αναζήτησης, μοιράστηκε με άλλους, γράφοντας βιβλία. Ακόμα, ίδρυσε και αναμόρφωσε αναρίθμητα μοναστήρια, τα οποία στη συνέχεια διοικούσε η ίδια και επέβλεπε την πνευματική και διοικητική εργασία των μοναχών της. Το σπουδαιότερο όμως όλων ήταν ότι προκάλεσε μια μεταρρύθμιση στα θρησκευτικά πράγματα της εποχής της. Οι εκτεταμένες αυτές προσπάθειές της πραγματοποιήθηκαν με πολύ προσωπική της δουλειά παρά την αδύναμη και ασθενική της κράση.

Στην αγία Τερέζα βρίσκουμε ένα συνδυασμό ανθρώπου που από τη μια ήταν βυθισμένος στην έκσταση της μυστικιστικής εμπειρίας και ταυτόχρονα από την άλλη αντιμετώπιζε με θάρρος και πρακτικότητα εγκόσμια προβλήματα για το γενικό καλό. Κάποτε χρειάστηκε να αντιμετωπίσει την κριτική και τον κατατρεγμό από το θρησκευτικό κατεστημένο αλλά και τη δικιά της ασθενική κράση και βρήκε καταφύγιο στην Εσωτερική πνευματική δύναμη για να μπορέσει να αντεπεξέλθει σε αυτά τα εμπόδια.

Έχοντας πραγματοποιήσει την ένωσή της με τον Κύριο, επιχείρησε να βοηθήσει και άλλους να πετύχουν το ίδιο. Οι οδηγίες και οι συμβουλές που μας έδωσε, βρίσκουν εφαρμογή και σήμερα αν και έχουν περάσει περισσότερα από τετρακόσια χρόνια, από την εποχή της. Ποια ήταν η συμβουλή της; Όπως βλέπουμε μέσα σε όλα τα διδάγματα όλων των αγίων και μυστών, έλεγε ότι «πρέπει να μπούμε μέσα μας με την προσευχή και το διαλογισμό».

Στη συνέχεια, θα ρίξουμε μια ματιά στα λόγια που έλεγε σχετικά με το θέμα της Εσωστροφής και της πνευματικής έκστασης που μας περιμένει όταν επιχειρήσουμε να ασχοληθούμε μαζί της.

Τα στάδια του διαλογισμού

Στην εργασία της «*Πνευματικές σχέσεις*» η Αγ. Τερέζα αναφέρει:

«Η διαφορά ανάμεσα στην έκσταση και τη μεταρσίωση είναι ότι στην έκσταση η ψυχή βαθμιαία πεθαίνει για τα εξωτερικά πράγματα, χάνει τις αισθήσεις της και ζει «εν Θεώ». Η μεταρσίωση (ανάταση του πνεύματος) γίνεται με τη Χάρη του Θεού και προκαλείται στην ψυχή η αίσθηση ότι παρασύρεται, ότι εγκαταλείπει το σώμα και πλησιάζει το Θεό».

Αυτό που περιγράφει εδώ η Αγ. Τερέζα είναι δύο αρχικά στάδια στο διαλογισμό. Στο πρώτο στάδιο, συγκεντρώνουμε την προσοχή μας στον Τρίτο Οφθαλμό, με αποτέλεσμα να αποσύρουμε το "ρεύμα της ψυχής" (*την ψυχή*) από όλο μας το σώμα, και αυτό το ονόμαζε «έκσταση».

Η χρήση της Γαλλικής λέξης *trance* από την Αγία Τερέζα τότε, δεν είναι ίδια με τη χρήση της σήμερα. Σήμερα οι άνθρωποι χαρακτηρίζουν με τη λέξη *trance*" μια κατάσταση **ύπνωσης**. Όμως η ίδια, χρησιμοποιεί αυτή τη λέξη προκειμένου να περιγράψει τη συγκέντρωση της προσοχής Εσωτερικά, αποσύροντάς την από τον εξωτερικό κόσμο των αισθήσεων. Δηλαδφή μια κατάσταση **έκστασης**.

Όπως χρησιμοποιείται σήμερα η λέξη *trance*, εννοείται ότι κάποιος υποβάλλεται σε υπνωτισμό από κάποιον άλλον. Όμως η αγία Τερέζα τη χρησιμοποιεί για να δείξει ότι κάποιος γίνεται περισσότερο συνειδητός και λειτουργεί όχι στο επίπεδο του νου του αλλά σε ένα ανώτερο, σε αυτό της ψυχής του. Αυτή η κατάσταση *trance* είναι το πρώτο βήμα στο διαλογισμό, όπως τον διδάσκουν οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας, που μάς ζητούν να αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο και να την εστιάσουμε στον Τρίτο Οφθαλμό, το σημείο από το οποίο μπορούμε να συνδε-

θούμε με το Πνευματικό Φως και το Θείο Ήχο. Μας εξηγούν επίσης ότι η «προσοχή είναι η εξωτερική έκφραση της ψυχής» και ότι στην καθημερινή μας ζωή, η προσοχή βγαίνει έξω από το σώμα προς τον υλικό κόσμο μέσω των αισθητηρίων οργάνων και έτσι έχουμε επίγνωση του περιβάλλοντος. Ο καθένας μας έχει επίγνωση των οπτικών, των ακουστικών, των οσφρητικών, των γευστικών και των απτικών ερεθισμάτων, μέσω της προσοχής. Δηλαδή, μπορεί να έχουμε ανοιχτά τα μάτια και τα αυτιά μας αλλά αν πρώτα δεν βάλλουμε την προσοχή μας σε κάτι ούτε το βλέπουμε ούτε το ακούμε. Με την προσοχή έχουμε ακόμα επίγνωση των σκέψεών μας και της αίσθησης του σώματός μας. Οι αισθήσεις και ο νους κρατούν την προσοχή μας μακριά από το πνεύμα. Αν όμως αποσύρουμε την προσοχή μας από το νου και τις αισθήσεις, θα βιώσουμε την αληθινή φύση της ψυχής μας και την πνευματική ζωή. Να γιατί η αγία Τερέζα έλεγε ότι πρέπει κανείς να «πεθαίνει για τα εξωτερικά πράγματα και να χάνει τις αισθήσεις του». Αυτή είναι μια γνωστή άποψη του Νεοπλατωνισμού και του Χριστιανικού μυστικισμού.

Ο μυστικιστής Απόστολος Παύλος περιγράφει το διαλογισμό και την πνευματική επαφή με τον Κύριο σαν καθημερινό θάνατο, και λέει στις Πράξεις των Αποστόλων, «*θνήσκω καθημερινώς*». Δεν εννοεί ένα πραγματικό θάνατο, αλλά ότι ξεχνούσε τον κόσμο των αισθήσεων για λίγη ώρα καθημερινά και μέσα από το διαλογισμό, βίωνε την εμπειρία των Πνευματικών βασιλείων Εσωτερικά. Όπως έλεγε σχετικά η αγία Τερέζα, το αποτέλεσμα είναι ότι με το διαλογισμό «χάνει κανείς τις αισθήσεις του και ζει εν Θεώ».

Αν θέλουμε να ζούμε εν Θεώ, να βιώνουμε δηλαδή το Θεό, η αγία Τερέζα μας δείχνει τον τρόπο. Πρέπει να εσωστραφούμε έλεγε. Πρέπει να αφιερώνουμε χρόνο κάθε μέρα προκειμένου να αποσυντονιζόμαστε από τις εντυπώσεις των αισθήσεων και να συντονιζόμαστε με τον Κύριο. Ο δρόμος προς τα "Εσω" δεν είναι δύσκολος. Τον έχουν ακολουθήσει άνθρωποι όλων των ηλικιών, σε όλες τις εποχές και από όλες τις χώρες. Αυτό που

είναι δύσκολο να κάνουμε είναι να βάλουμε το διαλογισμό μας σε προτεραιότητα και να αφιερώνουμε χρόνο σε αυτή την άσκηση. Υπάρχουν πολλά πράγματα που μας αποσπούν την προσοχή. Υπάρχουν τόσες και τόσες αισθησιακές απολαύσεις που μας προκαλούν.

Παράλληλα, έχουμε την τάση να χανόμαστε στα διαδοχικά προβλήματα που συναντάμε, να αναβάλλουμε και να πείθουμε τον εαυτό μας ότι θα ασχοληθούμε με ό,τι σχετίζεται με το πνεύμα μόλις αυτά τα προβλήματα βρουν τη λύση τους. Όταν όμως συνειδητοποιούμε ότι τα προβλήματά μας ποτέ δεν πρόκειται να σταματήσουν, είναι πλέον αργά. Ο χρόνος που έχουμε στη διάθεσή μας γλιστράει μέσα από τα χέρια μας και φτάνουμε στο τέλος της ζωής μας, χωρίς να έχουμε φτάσει στην Αυτογνωσία και τη Θέωση. Είναι αναγκαίο να καταλάβουμε ότι είναι αδήριτη ανάγκη να αφιερώνουμε λίγη ώρα καθημερινά στην αναζήτηση της ψυχής μας και του Θεού, εφόσον θέλουμε να πετύχουμε το στόχο μας σε τούτη τη ζωή.

Όταν αφιερώνουμε όλο το χρόνο μας στην επίλυση προβλημάτων που δεν έχουν τελειωμό, τρώμε άσκοπα το χρόνο και την ίδια τη ζωή μας. Δεν θα ήταν καλύτερα να πραγματοποιήσουμε τον πνευματικό μας στόχο σε τούτη τη ζωή και να έχουμε Εσωτερική καθοδήγηση του Κυρίου ώστε να μας καθοδηγεί και να ξεπερνούμε τα προβλήματά μας; Βλέπουμε ότι, ανεξάρτητα από τις προσπάθειές της να αφοσιωθεί στο Θεό, τα προβλήματα της Αγ. Τερέζας δεν τελείωναν. Εξακολουθούσε να έρχεται αντιμέτωπη με τον κατατρεγμό, την κριτική και την κακή της υγεία. Ωστόσο, η πνευματική ένωση με τον Κύριο έδωσε σ' αυτή την εύθραυστη γυναίκα, στα πενήντα και εξήντα της χρόνια, φαινομενικά υπεράνθρωπη δύναμη, για να αντιμετωπίζει όλα τα προβλήματά της και να πραγματοποιήσει περισσότερα από όσα πέτυχαν πολλοί άνθρωποι στη διάρκεια ολόκληρης της ζωής τους.

Το μάθημα που μας δίνει η αγία Τερέζα είναι σύμφωνο με κάτι που συνήθιζε να λέει ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ,: «*Ό,τι μπορεί να κάνει κάποιος, μπορεί να το κάνει και κάποιος άλλος*».

Η Αγία Τερέζα δεν ένιωθε ότι ήταν κάτι ιδιαίτερο. Ήταν μία απλή γυναίκα που έστρεψε την προσοχή της στο Θεό. Συχνά στα γραπτά της αναφέρεται στις επιθυμίες, στα σφάλματα και στις αδυναμίες της, κι όμως έφτασε στην ένωσή της με το Θεό. Τι ήταν εκείνο που την οδηγούσε στο στόχο της; Ήταν το ειλικρινές της πάθος να γνωρίσει τον Κύριο. Αν κάποιος από μας νομίζει ότι ο ίδιος δεν αξίζει μια τέτοια τύχη, αυτό δεν είναι αλήθεια. Ο καθένας μας αξίζει να γνωρίσει το Θεό, ο καθένας μας μπορεί να γνωρίσει τον Κύριο, αρκεί να έχει ειλικρινή και άσβεστη επιθυμία να Τον γνωρίσει. Ο Θεός έρχεται να μας βοηθήσει όταν η φωτιά του πάθους μας για Εκείνον σιγοκαίει την καρδιά μας.

Στη διαδικασία της Εσωστροφής, τα *αισθητήρια ρεύματα* (η ψυχή) συγκεντρώνονται στην έδρα της, τον Τρίτο Οφθαλμό. Τα *κινητήρια ρεύματα*, που είναι υπεύθυνα για την αναπνοή, την κυκλοφορία του αίματος, το μεγάλωμα των κυττάρων, των μαλλιών και των τριχών μας καθώς και των άλλων αυτόνομων λειτουργιών, δεν επηρεάζονται. Μόνο τα αισθητήρια ρεύματα, που είναι υπεύθυνα για την επίγνωση των αισθητικών εντυπώσεων και την αίσθηση του σώματός μας, αποσύρονται προσωρινά. Αποσύρονται στην Έδρα της Ψυχής, που βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα φρύδια. Αυτό το σημείο αναφέρεται στις διάφορες θρησκείες ως "*Τρίτος* ή *Απλός Οφθαλμός, Σιβ Νέτρα, Ντίβια Τσάκσου, Αγκνια Τσάκρα, Ντάσουαν Ντουάρ* ή *Δέκατη Πύλη*. Αυτό λοιπόν που αναφέρει η αγία Τερέζα ως "*trance*" είναι η απόσυρση της συνειδητότητάς μας σε αυτό το κέντρο.

Στη συνέχεια η Ισπανίδα μύστης περιγράφει το επόμενο στάδιο στην πορεία του διαλογισμού που το ονομάζει "*transport*", δηλαδή μεταρσίωση ή μεταφορά. Το περιγράφει σαν μία αποκλειστική δράση της Χάρης του Θεού που πραγματοποιείται στα μύχια της ψυχής και όπου η ανώτερη υπόσταση κάποιου μεταφέρεται και μοιάζει σαν η ψυχή του να εγκαταλείπει το σώμα. Δε θα μπορούσαμε να συναντήσουμε στη μυστικιστική βιβλιογραφία, πιο ξεκάθαρη περιγραφή της

πορείας με την οποία η ψυχή "υπερβαίνει τη σωματική συνειδητότητα".[1]

Περιέγραψε, εδώ και περισσότερο από τετρακόσια χρόνια, αυτό που οι άγιοι και οι μύστες όλων των εποχών και όλων των θρησκειών έχουν αναφέρει και που τώρα πια επιβεβαιώνεται από ένα μεγάλο αριθμό επιστημόνων και γιατρών. Η ιδέα της υπέρβασης του σώματος από την ψυχή δεν είναι ιστορία επιστημονικής φαντασίας. Οι άγιοι και οι μύστες, στους οποίους οι άνθρωποι της μιας ή της άλλης θρησκείας πιστεύουν, βίωσαν αυτή την εμπειρία. Επίσης πολλοί πιστοί διαφόρων θρησκειών έχουν βιώσει την ίδια εμπειρία.

Στις μέρες μας διαπιστώνουμε ότι, σύμφωνα με μία δημοσκόπηση του 1980, οκτώ εκατομμύρια άνθρωποι έχουν πιστοποιήσει ότι βίωσαν τέτοιες εμπειρίες που ονομάζονται «παραθανάτιες εμπειρίες», στη διάρκεια των οποίων το σώμα τους ήταν κλινικά νεκρό, εξαιτίας κάποιου ατυχήματος ή κάποιας ασθένειας και η καρδιά τους είχε σταματήσει. Τότε, εντελώς ξαφνικά, ανυψώθηκαν, βγαίνοντας έξω από το σώμα τους και έβλεπαν τι συνέβαινε γύρω τους, ενώ στη συνέχεια εισήλθαν σε μια φωτεινή περιοχή. Αργότερα επέστρεψαν στο σώμα τους, και η καρδιά τους άρχισε να ξαναχτυπάει. Είχαν επανέλθει στη ζωή και περιέγραψαν στους γιατρούς και την οικογένειά τους τι βίωσαν όση ώρα ήταν κλινικά νεκροί. Αυτές οι περιγραφές παρουσιάζουν χαρακτηριστικές ομοιότητες μεταξύ τους. Ο συντριπτικός αριθμός των αφηγήσεων, από ανθρώπους που θεωρούνται λογικοί και με σώας τας φρένας, έρχονται να υποστηρίξουν εκείνο που δίδασκαν οι άγιοι και οι μύστες εδώ και πολλές χιλιετίες, ότι δηλαδή υπάρχει ζωή πέρα απ᾽ αυτόν τον κόσμο και ότι μπορούμε να βρεθούμε εκεί με κάποιο τρόπο, με τη διαδικασία του διαλογισμού.

Αυτό που περιγράφει η Αγ. Τερέζα είναι μια εμπειρία όπου

---

1 Σημ. μετ. Μια άλλη όχι σωστή έκφραση είναι πως η ψυχή "βγαίνει από το σώμα". Η ψυχή δεν βγαίνει αλλά "υπερβαίνει τη σωματική συνειδητότητα". Προβάλλεται προς τα έξω.

η ψυχή υπερβαίνει τη συνειδητότητα του φυσικού κόσμου και του φυσικού σώματος και αφυπνίζεται σε πνευματικά βασίλεια που συνυπάρχουν παράλληλα και ταυτόχρονα με το φυσικό σύμπαν. Η εμπειρία αυτή περιγράφεται καλύτερα με όρους όπως: «υπέρβαση του σώματος», «ανάταση του πνεύματος» ή «μεταρσίωση». Παρόλο που κανείς και τίποτα δεν πηγαίνουν πουθενά, δεν υπάρχουν κατάλληλοι όροι που να είναι σε θέση να περιγράψουν με ακρίβεια αυτή την εμπειρία. Θα μπορούσε να τη χαρακτηρίσει κανείς ως μία μετάθεση της προσοχής από μια κατάσταση συνειδητότητας σε μια άλλη. Εντούτοις, στην πορεία αυτής της μετάθεσης, νιώθει κανείς σαν να ανυψώνεται από το σώμα. Η κατάσταση στην οποία "ανήλθε" η αγία Τερέζα στην πραγματικότητα βρίσκεται μέσα μας. Χρειάζεται μόνο να επανεστιάσουμε την προσοχή μας σε αυτή.

Στο βιβλίο της με τίτλο «*Το Εσωτερικό Κάστρο*», η αγία Τερέζα αναφέρει αυτή τη μετάθεση της προσοχής σαν το ξεφλούδισμα των φύλλων του κρεμμυδιού. Όλες οι στιβάδες υπάρχουν ήδη μέσα μας. Είναι επομένως μια αλλαγή της εστίας της προσοχής από την εξωτερική φλούδα του κρεμμυδιού στις εσωτερικές στιβάδες. Τι θα βρούμε εκεί αν το κάνουμε; Μέσα μας έχουμε διαδοχικά στρώματα συνειδητότητας, που είναι γνωστά ως "Εσωτερικές Περιοχές".

Αυτή τη στιγμή έχουμε συνειδητότητα της φυσικής Περιοχής. Υπάρχει ωστόσο η Αστρική Περιοχή, η Αιτιατή Περιοχή, η Υπεραιτιατή Περιοχή και το Καθαρά Πνευματικό Βασίλειο, το Σατς Καντ. Αυτά τα βασίλεια είναι Περιοχές με περισσότερο Φως, περισσότερη συνειδητότητα και περισσότερη μακαριότητα απ' όση θα μπορούσαμε ποτέ να ονειρευτούμε στη γη.

Η ευδαιμονία του διαλογισμού

Στη συνέχεια η αγία Τερέζα περιγράφει την ευδαιμονία που ένιωθε μέσα από την εμπειρία του διαλογισμού:

«...Έρχεται σαν μία ξαφνική, έντονη έλξη και προτού προλάβεις να μαζέψεις τις σκέψεις σου και να καταλάβεις τι συμβαίνει, βλέπεις και αισθάνεσαι σαν ένα σύννεφο ή σαν ένας δυνατός αετός να σηκώνεται και να σε μεταφέρει ψηλά, πάνω στις φτερούγες του. Αισθάνεσαι και βλέπεις τον εαυτό σου να παρασύρεται μακριά και νιώθεις σαν να έχεις χάσει τις αισθήσεις σου και να μην ξέρεις πού πηγαίνεις».

Στο πιο πάνω απόσπασμα περιγράφει την ανυψωτική εμπειρία που βιώνει κάποιος όταν εστιάσει την προσοχή του στο Οφθαλμικό Κέντρο ή Απλό Οφθαλμό. Ξαφνικά, μεταφέρεται γρήγορα και χωρίς κόπο σε μια ανώτερη κατάσταση συνειδητότητας. Συχνά, στην Ινδία βλέπουμε ανθρώπους να υψώνονται ξαφνικά πάνω από τη σωματική συνειδητότητα και να χάνονται σε μια κατάσταση έκστασης και αγαλλίασης. Όπως πολύ εύγλωττα το περιγράφει η αγία Τερέζα, αυτό συμβαίνει «με τη Χάρη και την αποκλειστική δράση του Θεού». Είναι ένας συνδυασμός προσπάθειας και Χάρης. Η προσπάθειά μας, έγκειται απλώς στο να καθίσουμε σε διαλογισμό και να είμαστε έτοιμοι να υποδεχτούμε τον Κύριο. Η πραγματική όμως εμπειρία οφείλεται στην «αποκλειστική δράση του Θεού», στη Χάρη του Κυρίου. Εμείς προετοιμαζόμαστε. Ο Κύριος όμως μας ανυψώνει. Όπως λέει η αγία Τερέζα: «*Αυτό συμβαίνει χωρίς να προλάβουμε να μαζέψουμε τις σκέψεις μας*». Ο καθένας μας βιώνει «ξαφνικά» αυτή την εμπειρία. Είναι ένα στάδιο στο διαλογισμό που μεταφερόμαστε σε ανώτερα επίπεδα συνειδητότητας με τη μεσολάβηση του Φωτός και του Ήχου του Θεού. Στο Κέντρο των ματιών (*Τρίτο Οφθαλμό*) εντοπίζεται “η είσοδος”, απ᾽ όπου το ρεύμα του Φωτός και του Ήχου μπορεί να μας μεταφέρει Εσωτερικά.

Τι είναι το Φως και ο Ήχος; Είναι η πρωταρχική έκφραση του Κυρίου. Η Δημιουργική Δύναμη του Κυρίου ή Λόγος ή Άγιο Πνεύμα που εκφράστηκε αρχικά σαν ένα ρεύμα Φωτός και Ήχου. Είναι το Φως και ο Ήχος που έφερε σε ύπαρξη όλες τις περιοχές της Δημιουργίας κι αυτό το Φως και ο Ήχος συντηρεί όλη την πλάση. Η ψυχή μας είναι μια σταγόνα του Θεού και είναι ομοούσια με το Φως και τον Ήχο. Έτσι, όταν η ψυχή έρχεται κοντά στο ρεύμα του Φωτός και του Ήχου, στον Τρίτο Οφθαλμό, έλκεται απ' αυτό το Ρεύμα, συγχωνεύεται με αυτό το ρεύμα και ταξιδεύει πίσω στην Πηγή της. Αυτό είναι το όφελος και ο σκοπός του διαλογισμού. Η ψυχή μας, όταν μεταφέρεται απ' αυτό το ρεύμα του Θείου Φωτός και της Μουσικής των Σφαιρών, είναι σε θέση να βιώνει την εμπειρία των ανώτερων βασιλείων της Δημιουργίας και τελικά να συγχωνευτεί ξανά με το Δημιουργό της.

Στη συνέχεια η Αγ. Τερέζα περιγράφει τη Θεία έκσταση που προκαλεί η εμπειρία του διαλογισμού:

«..Σε λίγο αποκτάς επίγνωση της πραγματικότητας που βιώνεις. Η ψυχή νοιώθει μία απέραντη γλυκύτητα και ευδαιμονία. Δεν χάνουμε τις αισθήσεις ούτε τα λογικά μας. Είχα πλήρη επίγνωση του εαυτού μου και μπορούσα κάθε φορά να αντιλαμβάνομαι ότι ανυψωνόμουν».

Εδώ βλέπουμε κάτι παράδοξο. Από τη μια, στο πρώτο απόσπασμα, η αγία Τερέζα περιγράφει ότι έχανε τις αισθήσεις της και στη συνέχεια λέει ότι οι αισθήσεις της δε χάνονταν. Αναφέρει ότι αντιλαμβανόταν να ανυψώνεται. Πώς όμως μπορεί κανείς να χάσεις τις αισθήσεις του και την ίδια στιγμή να μη τις έχει χάσει; Αυτό που περιγράφει η Αγ. Τερέζα είναι η πραγματική διαδικασία του διαλογισμού. Αυτό που χάνουμε είναι οι εξωτερικές μας αισθήσεις, που μάς καθιστούν ενήμερους για ότι συμβαίνει στο φυσικό κόσμο. Εκείνο όμως που αποκτάμε είναι οι πνευματικές αισθήσεις, με τις οποίες μπορούμε να βλέπουμε και να ακούμε αυτά που βιώνουμε στα Πνευματικά

βασίλεια. Βλέπουμε κι ακούμε με το Εσωτερικό μας μάτι και το Εσωτερικό μας αυτί. Με αυτόν ακριβώς τον τρόπο, οι άνθρωποι που είχαν «παραθανάτιες εμπειρίες» μπορούσαν να δουν και να ακούσουν τι συνέβαινε στο χειρουργείο που βρισκόταν το σώμα τους και συγχρόνως στο σπίτι τους ή σε άλλα απομακρυσμένα μέρη, παρόλο που είχαν σταματήσει οι σωματικές τους λειτουργίες και τα μάτια τους ήταν κλειστά. Με τα μάτια της ψυχής τους μπορούσαν να δουν έναν κόσμο Φωτός και ένα Φωτεινό Ον, χωρίς τη χρήση των φυσικών τους ματιών. Στο δεύτερο στάδιο του διαλογισμού, όταν επικοινωνούμε με το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο, βλέπουμε και ακούμε με τα μάτια και τα αυτιά της ψυχής. Λειτουργούμε δηλαδή με τις πνευματικές μας αισθήσεις. Με αυτό ακριβώς τον τρόπο βιώνουμε την εμπειρία των Εσωτερικών Πνευματικών βασιλείων.

Σ' αυτό το απόσπασμα η αγία Τερέζα περιγράφει ακόμα την ευδαιμονία που βίωνε. Αναφέρει ότι ένιωθε μεγάλη γλυκύτητα και σε πολλά σημεία στα βιβλία της έχει περιγράψει τη μακαριότητα και την έκσταση τής ένωσής της με τον Κύριο. Η λέξη ευδαιμονία χρησιμοποιείται συχνότατα από τους Χριστιανούς μύστες, γιατί αυτή είναι μια κατάσταση που μεθάμε από ευτυχία. Είναι μια κατάσταση αγαλλίασης που πλημμυρίζει την ψυχή μας και μας κάνει να λησμονάμε τις κατώτερες απολαύσεις αυτού του κόσμου. Οι απολαύσεις του κόσμου μπορούν να μας συναρπάσουν, να μας μεθύσουν και να μας κάνουν ευτυχισμένους αλλά δεν είναι απολαύσεις που μπορούν να μας προσφέρουν την ευδαιμονία που μας παρέχει η ένωση με το Θεό. Η ευδαιμονία είναι μια λέξη που καθορίζει την Πνευματική ένωση της ψυχής με το Θεό. Η Αγάπη του Θεού, όταν αγκαλιάζει την ψυχή, είναι μια τόσο δυνατή και εκστατική εμπειρία, που όλες οι άλλες μορφές αγάπης ωχριούν συγκρινόμενες μαζί της, γιατί ο Θεός είναι ο μεγαλύτερος εραστής, είναι ο Κύριος της Αγάπης, είναι η ίδια η Αγάπη. Όλες οι άλλες μορφές αγάπης δεν είναι τίποτα περισσότερο από χλωμές αντανακλάσεις της Αγάπης του Θεού. Ο Θεός είναι ο μεγαλύτερος εραστής, γιατί ο Θεός είναι η Αγά-

πη προσωποποιημένη. Όταν αποστρέφουμε την προσοχή μας από τον κόσμο, είμαστε έτοιμοι να δεχθούμε την Αγάπη του Θεού. Ας την γευθούμε λοιπόν. Ας την επιδιώξουμε. Θα μας αλλάξει για πάντα.

Η μακαριότητα και η ευδαιμονία μάς περιμένουν ακόμα και τούτη την ώρα. Μπορούμε να τις αποκτήσουμε κάνοντας διαλογισμό στο Θείο Φως και τη Μουσική των Σφαιρών. Η μακαριότητα που βίωνε η αγία Τερέζα περιμένει τον καθένα μας. Ας καθίσουμε σε διαλογισμό με τον τρόπο που μας δίνουν οι Διδάσκαλοι, με πλήρη προσοχή και με τακτικότητα, έτσι ώστε να είμαστε έτοιμοι να δεχθούμε τον Κύριο και να νοιώσουμε τη Θεία ένωση με το Θεό. Προσεύχομαι, ώστε ο καθένας σας να βιώσει την αγαλλίαση και την ευδαιμονία που περιγράφει η αγία Τερέζα, σε τούτη εδώ τη ζωή του.



9. Η έκσταση του διαλογισμού

Ερευνάμε το θέμα του διαλογισμού, όπως το δίδαξαν οι μύστες και οι άγιοι όλων των θρησκειών. Ο διαλογισμός δεν είναι ως έννοια κάτι καινούριο. Είναι μια αρχαία μέθοδος που χρησιμοποιήθηκε σε όλους τους πολιτισμούς, τις θρησκείες και τις χρονικές περιόδους ως τρόπος επανασύνδεσης της ψυχής με το Θεό. Αν εμβαθύνετε στα ιερά κείμενα κάθε θρησκείας, θα βρείτε αναφορές στο διαλογισμό. Σήμερα θα αναφερθώ στη διδασκαλία ενός Γερμανού μύστη, του Μάιστερ Έκχαρτ. Ο Μάιστερ Έκχαρτ γεννήθηκε το 1260 και σήμερα, μετά από περισσότερα από επτακόσια χρόνια, ανακαλύπτουμε στη διδασκαλία του αντιστοιχίες με το διαλογισμό που δίνεται σήμερα από τους μεγάλους Διδασκάλους.

Ο Μάιστερ Έκχαρτ θεωρείται ο πατέρας του Γερμανικού μυστικισμού. Η Πνευματική του πορεία ξεκίνησε στα νιάτα του, όταν εισήλθε στο τάγμα των Δομινικανών, όπου και επηρεάστηκε από το Σερ Τόμας Ακουίνας. Επηρεάστηκε επίσης από τη νεοπλατωνική φιλοσοφία και ιδιαίτερα από το Διονύσιο τον Αρεοπαγίτη, που τα έργα του έγιναν γνωστά τον 5ο μ.Χ. αιώνα. Ο Μάιστερ Έκχαρτ έφερε στο Χριστιανικό μυστικισμό την επίδραση της Ελληνικής φιλοσοφίας, εισάγοντας έννοιες που αφορούν τις Εσωτερικές πραγματικότητες.

Η μέθοδος που συνιστούσε ο Μάιστερ Έκχαρτ για την αναζήτηση του Θεού ήταν η Εσωστροφή ή διαλογισμός που τον ονόμαζε «Ησυχία». Δίδασκε ότι ο αναζητητής πρέπει να Εσωστρέψει όλες του τις αισθήσεις, προκειμένου να συνδεθεί με το Πνεύμα και συνιστούσε κατά τη διαδικασία του διαλογισμού η συγκέντρωση της προσοχής να μη γίνεται σε συμβολισμούς* προκειμένου να επιτευχθεί Εσωτερική θέαση. «Δεν χρειάζεται» έλεγε «την ώρα του διαλογισμού να συγκεντρωνόμαστε σε εξωτερικά αντικείμενα ή να προβάλλουμε στο νου μας συμβολισμούς.» «Πρέπει να μπαίνει κανείς σε "Σιωπή" έλεγε, και να περιμένει να του μιλήσει ο Ίδιος ο Θεός.»

Είναι δύσκολο να φανταστούμε ότι οι πιο πάνω οδηγίες

για το διαλογισμό γράφτηκαν το 13ο αιώνα, καθώς αναφέρονται σε μια μέθοδο διαλογισμού που εξακολουθεί να ασκείται ευρέως ακόμα και σήμερα.

Η Εσωστροφή της προσοχής

Όπως γράφει ο Μάιστερ Έκχαρτ:

«Η ψυχή ενεργοποιεί τις αισθήσεις μας και είναι αυτή που δίνει στο μάτι την ικανότητα της όρασης, στο αυτί τη δύναμη της ακοής, στη γλώσσα τη δυνατότητα της γεύσης κλπ.»

Για αυτή της την εργασία η ψυχή έχει διαρκώς στραμμένη την προσοχή[1] της «προς τα έξω», με αποτέλεσμα να είναι ελάχιστα ικανή να εργαστεί «προς τα μέσα», αφού κάθε δύναμη που διασπάται, εξασθενίζει.

Η ψυχή, για να εργαστεί «προς τα μέσα», πρέπει να επαναφέρει στην "έδρα" της, δηλαδή στο Τρίτο Οφθαλμό, όλες της τις δυνάμεις μαζεύοντας, την προσοχή της από όλα τα πράγματα που την αποσπούν στον εξωτερικό κόσμο. «Εφόσον», έλεγε ο Εκχαρτ, «ένας άνθρωπος θέλει να εκτελέσει μια «προς τα μέσα εργασία», όπως είναι η αυτοσυγκέντρωση, οφείλει να μαζέψει όλες τις δυνάμεις μέσα του, σε μια γωνιά της ψυχής του και να κρύψει από τον εαυτό του όλες τις εικόνες και τις μορφές. Τότε μόνο μπορεί να εργαστεί και να μπει σε αυτό που ονομάζω «σιωπή» που χαρακτηρίζεται από λησμονιά και άγνοια. Πρέπει να είναι σε ακινησία και σιωπή η ψυχή, για να

---

1 Σημ. μετ. Σε κάποια φωτογραφία, είδωλο, θεότητα ή άλλη μορφή ή ακόμα σε κάποια σκέψη, όπως το να στείλουμε σε κάποιον φως, αγάπη κλπ. ή σκέψεις του τύπου «θέλω να έρθω σε επαφή με τον ανώτερο εαυτό μου» κλπ.

μπορεί ο Λόγος να γίνει ακουστός. Κανείς δεν μπορεί να προσεγγίσει καλύτερα το Λόγο από μία ψυχή που είναι σε ακινησία και σιωπή. Ο Λόγος γίνεται ακουστός και κατανοητός στην έσχατη άγνοια. Όταν κάποιος δε γνωρίζει τίποτα, τότε είναι ανοιχτός και τότε του γίνονται αποκαλύψεις. Η άγνοιά μας θα εξευγενιστεί και θα διακοσμηθεί με υπερβατική γνώση. Κι όταν απλώς και μόνο κρατήσουμε τον εαυτό μας δεκτικό, θα έχουμε κάθε προϋπόθεση για Θεϊκή Γνώση».

Ξεχνώντας τον κόσμο

Όταν κάποιος ακούει αυτά τα λόγια, αναγνωρίζει και αντιλαμβάνεται το ενιαίο της μυστικιστικής εμπειρίας. Ο μύστης μιλάει στην αρχή για τις ιδιότητες των αισθήσεων. Περιγράφει την ψυχή να είναι διασπασμένη και διασκορπισμένη στα εξωτερικά πράγματα. Αυτή η περιγραφή είναι παρόμοια μ' εκείνη που δίνουν οι άγιοι της παράδοσης του Σαντ Ματ που λένε ότι: ***Η εξωτερική έκφραση της ψυχής είναι η προσοχή***[1]. Ο λόγος για τον οποίο δεν έχουμε επίγνωση της ψυχής μας και του Θεού είναι ακριβώς αυτός που περιγράφει ο Μάιστερ Έκχαρτ. Η ψυχή, ή αλλιώς η προσοχή, είναι διασκορπισμένη στις αισθήσεις. Είμαστε χαμένοι μέσα στις αισθήσεις της όρασης, της ακοής, της όσφρησης, της γεύσης και της αφής.

Πώς λοιπόν μπορούμε να γνωρίσουμε τον εαυτό μας αν δίνουμε την προσοχή μας στα ερεθίσματα που προσλαμβά-

---

1 Σημ. μετ Όπως έχει προαναφερθεί σε άλλο σημείο, η Προσοχή είναι «η εξωτερική έκφραση της ψυχής». Η Συνειδητότητα ή Επίγνωση είναι η «Εσωτερική έκφραση της ψυχής». Εάν δεν έχουμε τη προσοχή μας μπορεί να περάσει κάτι και να μη το δούμε και να μη το ακούσουμε. Προϋπόθεση λοιπόν για να αντιληφθούμε με τα αισθητήριά μας όργανα κάτι από το χώρο που μας περιβάλλει είναι να έχουμε στραμμένη την προσοχή μας σε αυτό. Συνειδητότητα είναι η επίγνωση της ύπαρξής μας στο χώρο και τον χρόνο.

νουμε από τις αισθήσεις; Ο Μάϊστερ Έκχαρτ μάς δίνει τη λύση. Λέει ότι πρέπει να επαναφέρουμε την ψυχή στην «έδρα» της, που είναι ένα σημείο απ᾽ όπου μπορούμε να μπούμε μέσα μας. Αυτό το ονομάζει «προς τα μέσα εργασία» και αυτή η «προς τα μέσα εργασία» είναι ο διαλογισμός ή προσευχή ή Εσωστροφή. Διαλογισμός είναι η απόσυρση της ψυχής μας από τα αισθητήρια και η εστίασή της σε κάποιο σημείο Εσωτερικά. Το σημείο αυτό μπορεί να είναι ο Τρίτος ή Μοναδικός οφθαλμός. Τι εννοεί ο Μάιστερ Έκχαρτ με το «*να κρύψουμε τον εαυτό μας από όλες τις μορφές και τις εικόνες*»; Αυτό είναι κάτι που μνημονεύεται και στα διδάγματα όλων των αγίων και Διδασκάλων που έχουν πραγματοποιήσει το Θεό.

Μας λέει ότι την ώρα του διαλογισμού μας δε πρέπει να συγκεντρωνόμαστε σε καμιά μορφή ή εικόνα αυτού του κόσμου. Δεν πρέπει να σκεφτόμαστε τίποτα που να αφορά το φυσικό κόσμο. Φτάνει μάλιστα στο σημείο να πει ότι η χρησιμοποίηση της μορφής ή της εικόνας μιας θεότητας, ενός αγάλματος ή ενός ειδώλου ως σημείου συγκέντρωσης, δεν είναι βοηθητικό στη διαδικασία της εσωστροφής. Πρέπει να συγκεντρωνόμαστε μόνο σε ό,τι είναι γνήσια Πνευματικό. Γι᾽ αυτό το λόγο η εστίαση στο Φως και τον Ήχο φέρνει γρηγορότερα αποτελέσματα. Γι᾽ αυτό το λόγο άλλωστε στο Σαντ Ματ τονίζεται ότι δε θα πρέπει να χρησιμοποιούμε φωτογραφίες ή εικόνες στο διαλογισμό. Θα πρέπει απλώς και μόνο να καθίσουμε αναπαυτικά, να κλείσουμε τα μάτια μας να συγκεντρωθούμε στο χώρο που βρίσκεται μπροστά μας και κατόπιν να περιμένουμε το Θεό να εμφανιστεί από μόνος Του. Οι φωτογραφίες είναι για γλυκιά ενθύμηση, αλλά η χρήση τους δε θα πρέπει να αποτελεί μέρος της άσκησης του διαλογισμού. Ο Μάιστερ Έκχαρτ μάς λέει επίσης να αποβάλουμε όλες τις σκέψεις των μορφών και των εικόνων και να συγκεντρωθούμε μόνο στο να λάβουμε το άμορφο Εσωτερικά. Ακόμα αναφέρεται σε μια κατάσταση «λησμονιάς και άγνοιας», σε μια κατάσταση δηλαδή που ξεχνάμε για λίγο τον κόσμο. Η άγνοια για την οποία μιλάει είναι το ότι δε θα πρέπει να έχουμε επίγνωση του κόσμου στη διάρκεια

της προσευχής ή του διαλογισμού μας. Αυτό είναι ουσιώδες. Αν δεν ξεχάσουμε τον κόσμο ή αν δεν είμαστε σε μια κατάσταση που να μην έχουμε επίγνωση του εξωτερικού κόσμου, δεν μπορούμε να έχουμε επίγνωση ή αλλιώς συνειδητότητα του Εσωτερικού κόσμου. Επομένως χρειάζεται να καθίσουμε για διαλογισμό, σε μια κατάσταση που απερίσπαστα θα προσηλώνουμε το βλέμμα μας σε οτιδήποτε βρίσκεται μπροστά μας, χωρίς καμιά σκέψη για οτιδήποτε. Να γιατί οι Διδάσκαλοι της Επιστήμης της Πνευματικότητας έχουν δώσει το *σιμράν* ή την επανάληψη των Ονομάτων του Θεού (*μάντρα*). Με αυτό τον τρόπο ο νους μπορεί να παραμένει απασχολημένος, επαναλαμβάνοντας νοερά το Όνομα του Θεού, έτσι ώστε να μην είναι σε θέση να μας αποσπάει με σκέψεις. Όλοι ξέρουμε πόσο δύσκολο είναι να ακινητοποιήσουμε το νου. Κάνοντας όμως *σιμράν*, μπορούμε να τον κρατήσουμε απασχολημένο, έτσι ώστε η Εσωτερική προσήλωση του βλέμματός μας να μη διαταραχτεί.

Ακινησία του νου

Κατόπιν, ο Μάιστερ Έκχαρτ μάς λέει ότι «…*πρέπει να είμαστε σε ακινησία και σιωπή, ώστε ο Λόγος να μπορεί να γίνεται ακουστός*». Και ο Λόγος γίνεται ακουστός όταν η ψυχή μέσα μας ενωθεί με το Λόγο ή Άγιο Πνεύμα, το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου ή αλλιώς με το Νάαμ. Αυτός ο Ιερός Λόγος δεν είναι αποκλειστική περιουσία καμιάς θρησκείας. Είναι εκεί για να τον ακούν οι άνθρωποι κάθε εποχής και κάθε θρησκείας, ακόμα να τον ακούν και οι άθεοι. Ο Λόγος είναι ένα δώρο από το Θεό και βρίσκεται μέσα στον καθένα μας. Το μόνο που χρειάζεται να κάνουμε, όπως λέει ο Μάιστερ Έκχαρτ, είναι να καθίσουμε ακίνητοι και σιωπηλοί. Μέσα στη σιωπή, το Ηχητικό Ρεύμα θα γίνει ακουστό. Πανέμορφες μελωδίες ακούγονται αιώνια μέσα μας. Ήχοι πιο εξαίσιοι από οποιοδήποτε μουσικό κομμάτι πάνω στη γη περιμένουν τον καθένα μας και

μέσω του διαλογισμού μπορούμε να τους απολαύσουμε». Ο Μάιστερ Έκχαρτ παρακάτω μάς λέει ότι: «…*κανείς δεν μπορεί να προσεγγίσει καλύτερα το Λόγο, από το να είναι σε ακινησία και σιωπή. Τότε γίνεται ακουστός και κατανοητός στην έσχατη άγνοια. Όταν κάποιος δε γνωρίζει τίποτα, είναι ανοιχτός και του γίνονται αποκαλύψεις*».

Η άγνοια στην οποία αναφέρεται είναι η άγνοια του κόσμου, του σώματος, του περιβάλλοντος και των σκέψεών μας. Ο Μάϊστερ Έκχαρτ, που ο ίδιος μοιράζεται μαζί μας τα βιώματά του από το διαλογισμό του, μας λέει ότι το να βιώσουμε τον Ήχο δεν είναι κάτι που μπορούμε να το προσπαθήσουμε ή να το επιδιώξουμε εμείς οι ίδιοι. Ο Λόγος, μας αποκαλύπτεται από μόνος του. Και πότε αποκαλύπτεται; Όταν σταματήσουμε να σκεφτόμαστε. Όταν σταματήσουμε να χρησιμοποιούμε την εξυπνάδα και το νου μας. Πρέπει επομένως να καθίσουμε σε διαλογισμό «εν πλήρη άγνοια», ξεχνώντας τις θέες, τους ήχους, τις μυρωδιές, τις γεύσεις και την αίσθηση του περιβάλλοντός μας. Υπάρχει ένα παλιό τραγούδι που γράφτηκε για το συγκρότημα των Μπητλς, που ονομάζεται «*Ο ανόητος στο λόφο*» (*The fool on the hill*), και αναφέρεται σ᾽ αυτήν την κατάσταση. Όπως λέει το τραγούδι: «*Μέρα τη μέρα, μόνος στο λόφο, ο άντρας με το αστείο χαμόγελο μένει τελείως ακίνητος*». Είναι μια κατάσταση όπου καθόμαστε ακίνητοι, δε σκεφτόμαστε τίποτα, δε γνωρίζουμε τίποτα και τότε η Εσωτερική μακαριότητα του Φωτός και του Ήχου του Θεού θα μας αποκαλυφθεί.

Εγκόσμια και θεία Γνώση

Στη συνέχεια ο Μάιστερ Έκχαρτ λέει ότι «…*θα αποκτήσουμε επίγνωση της Θείας Άγνοιας. Η άγνοιά μας θα εξευγενιστεί και θα διακοσμηθεί με υπερβατική γνώση*».

Εδώ βλέπουμε ένα άλλο παράδοξο της Πνευματικότητας. Ενώ έχουμε παντελή άγνοια σε επίπεδο αισθήσεων, εισχωρού-

με σε μια θεία κατάσταση, μια κατάσταση πλημμυρισμένη από υπερβατική γνώση. Εδώ αποκτάμε τη γνώση της ψυχής μας και του Θεού. Όταν μας αποκαλύπτεται ο Λόγος, αποκτάμε Αυτογνωσία. Γνωρίζουμε πλέον ποιοι είμαστε πραγματικά ως ψυχές. Βιώνουμε την εμπειρία του Φωτός και του Ήχου του Θεού κι αυτό το Φως και ο Ήχος μάς ανεβάζει σε μια Θεϊκή συνειδητότητα. Σε μια τέτοια κατάσταση αποκτάμε μια γνώση που ούτε καν έχουμε ονειρευτεί σ' αυτόν τον κόσμο. Γινόμαστε τότε συνειδητοί συνεργάτες του Θεϊκού Σχεδίου και φτάνουμε σε μια κατάσταση πανσυνειδητότητας. Αυτό που άρχισε ως άγνοια ή ασυνειδητότητα του φυσικού κόσμου, μάς οδηγεί στην επίγνωση του Δημιουργού και όλης της Θεϊκής Δημιουργίας.

Προσπάθεια και Χάρη
η ουσία της δεκτικότητας

Στη συνέχεια, ο Μάιστερ Έκχαρτ λέει: «*Κι όταν απλώς και μόνο κρατήσουμε τον εαυτό μας δεκτικό, αυτό και μόνο είναι αρκετό για να αποκτήσουμε Θεϊκή γνώση*».

Στο Πνευματικό του ταξίδι ανακάλυψε ότι οι Πνευματικές ασκήσεις μας, αποδίδουν περισσότερο όταν είμαστε δεκτικοί και τέλος αναφέρεται σε μια βασική έννοια της Πνευματικότητας, το νόμο της προσπάθειας και της Χάρης. Αναφέρεται στην προσπάθεια σαν «εργασία». Προσπαθούμε να προκαλέσουμε τη Χάρη του Θεού να μας παρασχεθεί. Προσπαθούμε να την εξασφαλίσουμε με τις δικές μας προσπάθειες. Ο Μάϊστερ Έκχαρτ συνειδητοποίησε ότι, για να φτάσουμε στον Κύριο, οι δικές μας προσπάθειες δεν αρκούν. Αντίθετα, λέει ότι το μόνο που αρκεί είναι να είμαστε δεκτικοί. Δεκτικότητα είναι η κατάσταση του να είμαστε έτοιμοι να λάβουμε τη Χάρη που θέλει να μας προσφέρει ο ίδιος ο Θεός. Στον Κύριο εναπόκειται να δώσει ό,τι είναι καλύτερο για μας. Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, είναι απαραίτητο να είμαστε ανοιχτοί. Δε θα

πρέπει να έχουμε καμιά σκέψη ή να προσδοκάμε το ένα ή το άλλο. Αν αρχίσουμε να σκεφτόμαστε ότι «σήμερα θέλω να δω το Εσωτερικό Φεγγάρι» ή «θέλω να δω χρυσό Φως» ή «θέλω σήμερα να μου εμφανιστεί ο Διδάσκαλος», τότε έχουμε γεννήσει σκέψεις. Κάνοντάς το, αποσπάμε την προσήλωση της προσοχής και του Εσωτερικού μας βλέμματος. Στην παρούσα κατάσταση, μας αρέσει να δημιουργούμε σκέψεις. Αν όμως καθίσουμε χωρίς να σκεφτόμαστε, χωρίς να επιθυμούμε το ένα ή το άλλο, τότε υπάρχει χώρος να μπει ο Κύριος. Τότε ο Θεός θα έχει την ευκαιρία να μας πλημμυρίσει με Εσωτερικό Φως και Ήχο και να μας ανυψώσει. Αυτό είναι ένα πολύ λεπτό σημείο. Η μόνη προσπάθεια που χρειάζεται να καταβάλουμε είναι να καθίσουμε σε διαλογισμό. Χρειάζεται, στο φυσικό επίπεδο, να βάλουμε το σώμα μας να καθίσει στον καναπέ, στη καρέκλα, στο πάτωμα ή στο κρεβάτι. Χρειάζεται να κάνουμε την προσπάθεια να κλείσουμε τα μάτια μας. Μετά, χρειάζεται να επαναλαμβάνουμε τα Ονόματα του Θεού που μάς έδωσε ο Διδάσκαλός μας την ώρα της μύησης, έτσι ώστε καμιά σκέψη να μην μπορεί να εισχωρήσει. Αυτή είναι η έκταση της προσπάθειάς μας. Μετά απ᾽ αυτό δεν κάνουμε τίποτα. Καθόμαστε και περιμένουμε στην πόρτα Του. Περιμένουμε την Αγάπη και τη Χάρη που επιθυμεί να μας προσφέρει. Αυτό είναι δεκτικότητα.

Ας αναλύσουμε όμως τη ζωή μας. Πόσες φορές την ημέρα σκεφτόμαστε πώς θα πρέπει να εξελιχθούν τα πράγματα; Τη μια θέλουμε το ένα, την άλλη το άλλο. Κάνουμε με το μυαλό μας κάποιο προγραμματισμό για το πώς θα πρέπει να εξελιχθούν τα πράγματα. Φτιάχνουμε ένα γενικό πλαίσιο πιστεύοντας ότι πότε το ένα και πότε το άλλο θα μας χαρίσει την ευτυχία. Ποιο είναι το αποτέλεσμα; Μπορεί να μας δοθεί κάτι εντελώς διαφορετικό από εκείνο που θέλουμε, το οποίο ακόμα κι αν είναι εξίσου υπέροχο, εμείς πάλι νιώθουμε δυστυχισμένοι. Γιατί; Επειδή τα πράγματα δεν ήρθαν έτσι όπως τα είχαμε σχεδιάσει. Αν όμως είμαστε δεκτικοί και δεν επιθυμούμε τίποτα, όταν μας συμβεί κάτι καλό θα νιώθουμε εκστασιασμένοι. Θα εισπράττουμε πολύ περισσότερα απ᾽ όσα ελπίζαμε. Θα εί-

μαστε ανοιχτοί σε οτιδήποτε έρχεται και τότε θα μπορούμε να το απολαύσουμε. Το ίδιο συμβαίνει και με το διαλογισμό. Θα πρέπει να καθίσουμε γεμάτοι αγάπη και να είμαστε έτοιμοι να λάβουμε. Θα ανακαλύψουμε τότε ότι η Χάρη του Κυρίου θα μας ανταμείψει πλουσιοπάροχα.

Η έκσταση της Εσωστροφής

Στο επόμενο απόσπασμα από τα γραπτά του Μάιστερ Έκχαρτ αναφέρεται η αγαλλίαση που μας περιμένει όταν είμαστε δεκτικοί και εσωστρεφόμαστε με το διαλογισμό.

«Ω θαύμα θαυμάτων, όταν σκέφτομαι την ένωση της ψυχής μου με το Θεό! Προκαλείται έκσταση στην ψυχή όταν γλιστρήσει έξω από το ανθρώπινο σώμα και είναι πολύ ευχαριστημένη που παύει να έχει κάποιο όνομα (ανθρώπου). Η θεία Αγάπη ρέει προς την ψυχή και τη σύρει έξω από το σώμα, προς τον Ανώνυμο, προς την πρώτη Πηγή της, που είναι ο Θεός».

Εδώ ανακαλύπτουμε μία εμπειρία όμοια με εκείνη που περιγράφουν όλοι οι άλλοι άγιοι και μύστες. Είναι άλλη μια αναφορά για το γλίστρημα της ψυχής έξω από τον σώμα. Είναι μια ανύψωση, ένα Εσωτερικό ταξίδι με τέρμα την Αγκαλιά του Θεού. Το περιγράφει σαν κάτι εκστατικό. Όταν είμαστε εκστασιασμένοι, η ψυχή είναι πλήρως βυθισμένη στο Θεό. Η προσοχή έχει αποσυρθεί τελείως απ᾽ όλα όσα βρίσκονται σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Μαγνητίζεται από τον Αγαπημένο της. Όπως εξήγησε ο Μάιστερ Έκχαρτ, η ψυχή δεν είναι πια ευχαριστημένη με ό,τι υπάρχει σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Όταν αναφέρεται σε «ό,τι μπορεί να μην έχει κάποιο όνομα», μιλάει για τον κόσμο της ύλης. Ο φυσικός κόσμος είναι γεμάτος με τα αντικείμενα των αισθήσεων. Οτιδήποτε είναι φτιαγμένο από ύλη μπορεί να έχει και κάποιο όνομα. Μπορούμε να αναφέρουμε κάθε συσσώ-

ρευση ύλης ως αντικείμενο, όπως είναι οι καρέκλες, οι άνθρωποι, τα δέντρα, τα κτίρια. Μπορούμε να αναφέρουμε ένα απλό τμήμα ως χημικό στοιχείο. Υπάρχει ο "Περιοδικός Πίνακας των Στοιχείων", που περιλαμβάνει το οξυγόνο, τον άνθρακα, το άζωτο, το ήλιο και πολλά άλλα. Μπορούμε ακόμα να διασπάσουμε το άτομο σε υποατομικά στοιχεία, στα οποία επίσης δίνουμε ονόματα, όπως: μποζόνια, μεσόνια, κουόρκς κτλ. Δεν υπάρχει όμως όνομα για το πνεύμα. Δεν υπάρχει όνομα για το Θεό, που πραγματικά να μπορεί να Τον περιγράψει. Ο Θεός είναι Ανώνυμος και Άμορφος. Ο Θεός υπήρχε πολύ πριν τις διαλέκτους και τα ονόματα. Όταν τελικά συγχωνευτούμε με το Θεό, ανακαλύπτουμε, όπως οι άγιοι, ότι ο Θεός είναι πέρα από κάθε περιγραφή. Γι᾽ αυτό το λόγο στο Σαντ Ματ ο Θεός ονομάζεται "*Άναμι*", δηλαδή ο Ανώνυμος, ο Ένας. Τα ονόματα ανήκουν μόνο σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Ο Μάιστερ Έκχαρτ μάς λέει πως, όταν η ψυχή περιβάλλεται από την αγαλλίαση, που είναι ο ίδιος ο Θεός, η προσοχή δεν ενδιαφέρεται πια για τίποτα που να ανήκει σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Έχει γευτεί μια Αγάπη υπέροχη, μια Αγάπη ανώτερης φύσης, μια Αγάπη που είναι τόσο πλήρης και τόσο μακάρια, ώστε τίποτα στον κόσμο δεν μπορεί να συγκριθεί μαζί της.

Έπειτα περιγράφει τη ροή της Θείας Αγάπης που ξεχύνεται προς την ψυχή και την έλκει προς τον Ανώνυμο, που είναι η πρώτη Πηγή, ο ίδιος ο Θεός. Εδώ, ο Μάιστερ Έκχαρτ προχωράει σε λεπτομέρειες περιγράφοντας αυτήν την κατάσταση αγαλλίασης. Μας λέει ότι είναι σαν μια ροή Αγάπης που ξεχύνεται προς την ψυχή. Αυτή είναι η ουσία της Πνευματικότητας. Η Πνευματική εμπειρία είναι μια εμπειρία Αγάπης. Είναι Αγάπη και τίποτε άλλο εκτός από Αγάπη. Δεν είναι κατανόηση στο επίπεδο της διάνοιας. Δεν είναι λογική. Δεν είναι γνώση από βιβλία. Είναι Αγάπη. Όποιος κάποτε γεύτηκε την Αγάπη γνωρίζει τι είναι, πέρα από λέξεις. Είναι μια εμπειρία που νιώθουμε στα βάθη της ύπαρξής μας. Η ψυχή βιώνει αυτή την Αγάπη, όταν ξαναενώνεται με το Θεό. Γιατί; Επειδή ο Θεός είναι Αγάπη. Θεός και Αγάπη είναι λέξεις συνώνυμες. Όλοι οι

άγιοι και οι μύστες ανέκαθεν προσπαθούν να μας δώσουν να το καταλάβουμε. Όταν αυτή η Αγάπη ενώνει ξανά την ψυχή με το Θεό, η ψυχή έχει βρει την Πηγή της. Η ψυχή ανακαλύπτει τον Ανώνυμο. Δε χρειάζονται τα ονόματα. Δεν χρειάζονται τα λόγια. Δε χρειάζεται η γλώσσα. Υπάρχει μόνο η εμπειρία της Αγάπης.

Όλη αυτή η αγαλλίαση και η Αγάπη μάς περιμένει, αρκεί να ακολουθήσουμε τη συμβουλή του Μάιστερ Έκχαρτ και όλων των Διδασκάλων, σε όλες τις εποχές. Καθίστε σε σιωπή, με δεκτικότητα γεμάτοι αγάπη. Μη σκέφτεστε τον κόσμο, μη σκέφτεστε τη γνώση. Καθίστε «με πλήρη άγνοια» του κόσμου τούτου. Μείνετε ακίνητοι και θα βιώστε την Εσωτερική αγαλλίαση της Αγάπης.

Η ανιδιοτελής προσφορά υπηρεσιών

Ενώ ο Μάιστερ Έκχαρτ ερευνούσε την Εσωτερική πραγματικότητα και αφιέρωσε τη ζωή του στο να μοιράζεται τις Πνευματικές του ασκήσεις με άλλους, δε γύρισε την πλάτη του στον κόσμο. Θα ήθελα να ολοκληρώσω με μια άλλη αναφορά του, που διαπιστώνω ότι είναι ουσιώδης σε πρακτικό επίπεδο για τη ζωή μας σήμερα. Λέει:

«Όταν κάποιος σαν τον Απόστολο Παύλο βιώνει την αγαλλίαση κι ένας άλλος άνθρωπος χρειάζεται βοήθεια, είναι καλύτερα ο πρώτος να επανέλθει από την αγαλλίαση και να δείξει την Αγάπη του, προσφέροντας υπηρεσίες σ' αυτόν τον άλλο που έχει ανάγκη».

Εδώ συναντάμε ένα νόμο ανώτερο από το να βιώνουμε την αγαλλίαση. Αφού μας είπε να ξεχάσουμε τον κόσμο, να καθίσουμε σε σιωπή και να βιώσουμε την εμπειρία του Θεού, ο Μάιστερ Έκχαρτ ορίζει τώρα έναν ανώτερο νόμο. Ακόμα κι αν είμαστε χαμένοι σε αγαλλίαση, ακόμα κι αν καθόμαστε

σε διαλογισμό, αν κάποιος έχει ανάγκη τη βοήθειά μας, είναι καλύτερα να επανέλθουμε από το διαλογισμό και την αγαλλίαση και να δείξουμε Αγάπη, υπηρετώντας αυτό το άτομο. Αυτό είναι και το δίδαγμα του «*θετικού μυστικισμού*». Αυτή είναι η αληθινή Πνευματικότητα. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να ασχολούμαστε με τις ανάγκες των αδελφών μας. Σημαίνει ότι η Αγάπη του Θεού είναι σημαντική, αλλά δεν έχει νόημα μόνο το να βρισκόμαστε σε αγαλλίαση, αλλά θα πρέπει να αγαπάμε και τη Δημιουργία Του. Αυτό μας φέρνει στο νου κάτι που έχουμε κατ᾽ επανάληψη ακούσει, δηλαδή για το λόγο για τον οποίο ο Θεός δημιούργησε τους ανθρώπους. Λέγεται ότι, αν ο Θεός ήθελε μόνο αφοσίωση, οι άγγελοι ήδη υπήρχαν για να Του την προσφέρουν. Ο Θεός όμως έπλασε τους ανθρώπους για να μοιράζονται τις στενοχώριες των άλλων. Γι᾽ αυτό ο άνθρωπος θεωρείται το επιστέγασμα και η κορωνίδα της Θεϊκής Δημιουργίας.

Ακόμα και οι άγγελοι συναγωνίζονται μεταξύ τους για την ανθρώπινη γέννηση. Αν ένας άγγελος επιθυμεί να επιστρέψει στο Θεό, πρέπει πρώτα να γεννηθεί άνθρωπος και να μάθει το μάθημα της Αγάπης. Το μάθημα της Αγάπης είναι το να αγαπάμε όλα τα πλάσματα του Θεού. Λέγεται ότι, αν κάποιος ισχυρίζεται ότι αγαπάει το Θεό, αλλά δεν αγαπάει τους αδελφούς και τις αδελφές του, τότε δεν αγαπάει αληθινά τον Κύριο. Ο δέκατος Γκουρού των Σιχ, ο Γκουρού Γκομπίντ Σινγκ έχει πει: «*Αληθινά σας λέγω, μόνον όσοι αγαπούν μπορούν να γνωρίσουν το Θεό*». Μολονότι ο Θεός επιζητάει την Αγάπη μας, θέλει επίσης να αγαπάμε κι όλα τα παιδιά Του, είτε είναι στην ανθρώπινη μορφή είτε στις κατώτερες μορφές ζωής, όπως είναι τα ζώα, τα πουλιά και τα ερπετά. Αν κάποιος βρίσκεται σε ανάγκη, ο Θεός θέλει να Τον υπηρετούμε.

Μπορεί ο διαλογισμός να είναι ένας εξαιρετικά σημαντικός παράγων για την πνευματική μας εξέλιξη αλλά και η ανιδιοτελής προσφορά υπηρεσιών είναι εξίσου σημαντική. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ συχνά μας έλεγε πως: «*Η αξία της σέβα (ανιδιοτελούς προσφοράς), δεν είναι μικρότερη απ᾽ αυτήν*

του μπατζάν (διαλογισμού)». Η προσφορά υπηρεσιών στους συνανθρώπους μας είναι μια ευγενική πράξη. Παρόλο λοιπόν που πρέπει να καθόμαστε σε διαλογισμό καθημερινά, αν κάποιος που βρίσκεται σε ανάγκη μας καλεί, αν κάποιος είναι πληγωμένος ή άρρωστος, αν κάποιος πεινάει ή δεν έχει ρούχα να φορέσει, αν κάποιος διψάει ή πεθαίνει, εμείς θα πρέπει να πάμε και να τον βοηθήσουμε. Αυτό που ακολουθούμε είναι ένα μονοπάτι "*θετικού μυστικισμού*". Είναι το μονοπάτι του ζευγαρώματος του διαλογισμού με την προσφορά υπηρεσιών και την Αγάπη για τους άλλους.

Η αλήθεια είναι μία. Μελετώντας τις υποθήκες του Μάιστερ Έκχαρτ, του μεγάλου αυτού Γερμανού μύστη του 13ου αιώνα, βλέπουμε τις απόψεις του να συμπίπτουν με τις διδασκαλίες των μυστών όλων των θρησκειών. Η φιλοσοφία του αποτελεί και το θεμέλιο λίθο της "Επιστήμης της Πνευματικότητας". Είναι το κοινό νήμα του κομπολογιού, που περνάει μέσα απ᾽ όλες τις χάντρες, μέσα από όλες τις θρησκείες. Οι ίδιες πρακτικές που βοήθησαν τους αγίους και τους μύστες του παρελθόντος, προσφέρονται και σ᾽ εμάς εδώ σήμερα. Ας καθίσουμε λοιπόν σε διαλογισμό κι ας βιώσουμε την αγαλλίαση και την Αγάπη της ένωσης με τον Ανώνυμο. Ας καθίσουμε λίγη ώρα κι ας βιώσουμε την αγαλλίαση της Αγάπης του Κυρίου.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο

Θεμελιώδεις αρχές της Πνευματικής Ζωής



10. Κάρμα και μετενσάρκωση

Ένα από τα πιο αδιευκρίνιστα ερωτήματα που μπερδεύουν και ταλανίζουν την ανθρωπότητα είναι αν έχουμε ζήσει προηγουμένως. Στη σύγχρονη, γεμάτη σκεπτικισμό επιστημονική εποχή που ζούμε, όπου η μετεμψύχωση χλευάζεται, το ερώτημα που συχνά τίθεται είναι, γιατί κάποιες φορές συμβαίνουν θλιβερά πράγματα σε καλούς ανθρώπους; Όταν βλέπουμε κάποιο μικρό παιδί να πεθαίνει από κάποια αρρώστια ή ένα τραγικό δυστύχημα, απορούμε και αναρωτιόμαστε γιατί ο Θεός παίρνει ένα τόσο μικρό και αθώο πλασματάκι από τους γονείς του. Όταν γνωρίσουμε έναν καλό και εξυπηρετικό άνθρωπο και στη συνέχεια μάθουμε ότι έπαθε κάτι τρομερό ή ότι πέθανε, απορούμε γιατί ένας τόσο καλός άνθρωπος θα πρέπει να έχει αυτή την τύχη. Από την άλλη μεριά, βλέπουμε ανθρώπους που έχουν κάνει εγκλήματα ή αποτρόπαιες πράξεις κι όμως, μοιάζει να έχουν αποφύγει την τιμωρία και να ζούνε μία ευτυχισμένη ζωή. Στο πέρασμα του χρόνου, έρχονται στιγμές που απορούμε γιατί συμβαίνουν γύρω μας τόσο άδικα πράγματα κι όταν δεν μπορούμε να βρούμε κάποια λογική ερμηνεία, αρχίζουμε να αμφισβητούμε τη δίκαιη κρίση του Θεού ή και να αμφιβάλλουμε για την ύπαρξη Του.

Διηγούνται στην Ινδία μία ιστορία μέσα από τις παλαιές παραδόσεις, που ρίχνει κάποιο φως σ᾽ αυτό το ζήτημα. Λέγεται ότι κάποτε ζούσε ένας τυφλός βασιλιάς που ονομαζόταν Ντριταράστρα. Όλη του τη ζωή παραπονιόταν για την κακή του μοίρα και έλεγε ότι δεν μπορούσε να καταλάβει τι κακό είχε κάνει και ο Θεός του επεφύλαξε μία τέτοια καταδίκη, να ζήσει μία ζωή τυφλός. Ο Ντριταράστρα ήταν ένα Πνευματικά ανεπτυγμένο άτομο και αν και είχε την ικανότητα να βλέπει τις εκατό προηγούμενες ενσαρκώσεις του, δεν μπορούσε να βρει την αιτία της οποίας το αποτέλεσμα ήταν να είναι από τη γέννησή του τυφλός. Ο βασιλιάς ζούσε την εποχή του Κρίσνα και ήταν μαθητής του. Μια μέρα λοιπόν που συνάντησε το δάσκαλό του, τον παρακάλεσε να του εξηγήσει γιατί ήταν υποχρεω-

μένος να ζει τυφλός, αφού δεν υπήρχε τίποτα σ' αυτήν ή στις περασμένες του ζωές που σαν ανταπόδοση να δικαιολογείται η απώλεια της όρασής του. Η απάντηση του Κρίσνα ήταν: «Έχεις δει μόνον εκατό ζωές. Πρέπει να δεις ακόμα πιο πίσω». Λέγεται ότι με τη Χάρη του ο Κρίσνα, έδωσε στο βασιλιά τη δυνατότητα να δει πιο πίσω από τις εκατό προγενέστερες ενσαρκώσεις του για να βρει την αιτία. Είδε λοιπόν ο βασιλιάς ότι σε μια προγενέστερη από τις εκατό ζωές του είχε κάνει μια συγκεκριμένη πράξη, που δικαιολογούσε την τυφλότητά του στην συγκεκριμένη του ενσάρκωση.

Η ιστορία αυτή δείχνει ότι τα γεγονότα της ζωής, που μερικές φορές φαντάζουν παράλογα ή τυχαία, τα βλέπουμε έτσι μόνο και μόνο επειδή εμείς δεν είμαστε σε θέση να έχουμε την πλήρη εικόνα τους. Συχνά ταλαιπωρούμαστε από τις αναποδιές, τα ατυχήματα και τις αρρώστιες που έρχονται στο δρόμο μας. Είναι λοιπόν επόμενο να απορούμε γιατί ένα αθώο, νέο παιδί πεθαίνει ή γιατί κάποιος συγγενής μας, που έχει καλή καρδιά, χτυπιέται από κάποια ανίατη ασθένεια. Εξετάζοντας επιφανειακά τα γεγονότα που συμβαίνουν στον κόσμο, βλέπουμε ότι πολλά από αυτά δε φαίνεται να έχουν κάποια λογική εξήγηση και έτσι, όταν παρατηρούμε τα βάσανα που περνάνε οι άνθρωποι, αρχίζουμε να αμφισβητούμε την ύπαρξη του Θεού και να αμφιβάλλουμε για τη σοφία και την Αγάπη Του. Εντούτοις, υπάρχουν απαντήσεις για το μεγάλο αυτό αίνιγμα της ζωής.

Αν μελετήσουμε τις Γραφές διαφόρων θρησκειών, θα ανακαλύψουμε ότι στις περισσότερες, οι ιδρυτές τους πίστευαν σε αυτό που ονομάζεται Νόμος του Κάρμα καθώς και στη μετενσάρκωση. Μια δημοσκόπηση που έγινε το 1981 αποκάλυψε ότι το 23% των Αμερικανών πιστεύουν στη μετενσάρκωση. Εντούτοις τα ιερατεία ορισμένων θρησκειών στο Δυτικό κόσμο απορρίπτουν αυτή τη δοξασία. Όμως αν κάνουμε μία έρευνα στις αυθεντικές Γραφές των θρησκειών του κόσμου, θα βρούμε αναφορές για το κάρμα και τη μετενσάρκωση.

Αναφορές για την μετενσάρκωση στο κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο

Πολλοί θεωρούν ότι η μετενσάρκωση αποτελεί στοιχείο μόνο της Ινδουιστικής και της Βουδιστικής παράδοσης. Όμως και στο Χριστιανισμό και μάλιστα στην Καινή Διαθήκη, υπάρχουν αναφορές που δείχνουν ότι οι άνθρωποι εκείνου του καιρού γνώριζαν και πίστευαν στη μετενσάρκωση. Υπάρχει μια περικοπή που αναφέρει πως ο Χριστός είπε ότι ο προφήτης Ηλίας επέστρεψε ως Ιωάννης ο Βαπτιστής. Αναφερόμενος μάλιστα στον Ιωάννη το Βαπτιστή, ο Ιησούς λέει:

«Αληθώς σας λέγω, μεταξύ των γεννηθέντων υπό γυναικών δεν ηγέρθη μεγαλύτερος Ιωάννου του Βαπτιστού. Πλήν ο μικρότερος εν τη βασιλεία των Ουρανών είναι μεγαλύτερος αυτού. Και αν θέλητε να δεχθείτε τούτο, αυτός είναι ο Ηλίας όστις έμελλε να έλθει εκ νέου….. Ο έχων ώτα ακούειν, ακουέτω».
(Ματθ. 11:11-15)

Σε κάποια άλλη περικοπή του Ευαγγελίου συναντάμε επίσης την ένδειξη ότι οι άνθρωποι του καιρού εκείνου αποδέχονταν την ιδέα της μετεμψύχωσης. Ο Ιησούς ρώτησε κάποτε τους μαθητές του:

«Τίνα με λέγουσιν οι άνθρωποι ότι είναι ο Υιός του ανθρώπου; Οι δε είπον, άλλοι μεν Ιωάννην τον Βαπτιστήν, άλλοι Ηλίαν, έτεροι δε Ιερεμίαν ή ένα των προφητών».
(Ματθ.16:13-14)

Τι είναι ο νόμος του κάρμα και πώς λειτουργεί η μετενσάρκωση

Καταρχήν, μετενσάρκωση είναι η πίστη της ενσάρκωσης της ψυχής από μια μορφή ζωής σε μία άλλη. Αν και οι περισσότερες θρησκείες δέχονται ότι η ψυχή είναι αθάνατη, δεν μας

λένε πού ήταν η ψυχή μας πριν απ᾽ αυτήν τη ζωή[1] Αν δεν πιστεύουμε στην ύπαρξη προηγούμενων ζωών, τότε τι πιστεύουμε, ότι η ψυχή μας απλώς γεννήθηκε μαζί μ᾽ αυτό το φυσικό σώμα; Αν πιστεύουμε ότι η ψυχή μας πηγαίνει κάθε φορά, μετά το θάνατο κάπου, τότε πού ήταν πριν απ᾽ αυτήν τη γέννηση;

Οι μεγαλύτερες θρησκείες διδάσκουν ότι οι ψυχές μας δημιουργήθηκαν τότε που ο Θεός έφερε σε ύπαρξη όλη την Πλάση. Μέσα στις Γραφές αναφέρεται ακόμα ότι ο Θεός αρχικά ήταν ένας ανεκδήλωτος και απεριόριστος Ωκεανός Φωτός, Αγάπης και Συνειδητότητας και ότι αυτός ο Ένας και μοναδικός Θεός, κάποτε θέλησε να εκφραστεί και αυτή του η «Θέληση» προκάλεσε μία δόνηση, η οποία εκφράστηκε με δυο μορφές: ως Θείο Φως και Θείος Ήχος.[2]

Αυτή η Δημιουργική δόνηση με τη μορφή του Θείου Φωτός και του Θείου Ήχου ή Μουσικής των Σφαιρών, είναι ο Λόγος ή Άγιο Πνεύμα, που σύμφωνα με τον Ευαγγελιστή Ιωάννη, έφερε σε ύπαρξη το ένα μετά το άλλο τα διάφορα Πνευματικά Επίπεδα και τελικά τον Υλικό κόσμο. Λέγεται ακόμα ότι ο Θεός έστειλε μέρη ή σταγόνες ή πνοές από τον εαυτό Του, που τις ονομάζουμε ψυχές, προκειμένου αυτές να εποικήσουν τους Πνευματικούς κόσμους και το Υλικό Επίπεδο. Κάθε ψυχή ήταν μια σταγόνα από Εκείνον τον Ίδιο και ως εκ τούτου ήταν της ιδίας ουσίας με Αυτόν. Είναι δηλαδή οι ψυχές Θείο Φως, Αγάπη και Συνειδητότητα. Οι ψυχές περιβλήθηκαν κατόπιν με ένα σώμα καμωμένο από τα ίδια υλικά με τον κόσμο στον οποίον στάλθηκαν να κατοικήσουν. Οι ψυχές είναι αγνό πνεύμα, αλλά

---

1 *Σημ. μετ. Στην Ανατολή δεν γίνεται διάκριση μεταξύ των όρων μετεμψύχωση και μετενσάρκωση καθώς δέχονται ότι μία ψυχή μπορεί να φιλοξενηθεί σε ένα ανθρώπινο σώμα και στη συνέχεια αν ο άνθρωπος ζήσει μία κτηνώδη ζωή στην επόμενη της ενσάρκωση να φιλοξενηθεί στο σώμα κάποιου ζώου και πάλι με την εξέλιξη να επανέλθει και πάλι σε ένα ανθρώπινο σώμα.*

2 *Σημ. μετ. Όπως ο στατικός ηλεκτρισμός στα σύννεφα δημιουργεί τον κεραυνό που εκδηλώνεται ταυτόχρονα με φως και ήχο.*

αφού οι κόσμοι μέσα στους οποίους στάλθηκαν να ζήσουν και να εργαστούν ήταν καμωμένοι από διαφορετικά υλικά, δε θα μπορούσαν να παραμένουν και να εργάζονται μέσα σε αυτούς τους κόσμους αν δεν είχαν κι εκείνες ένα ανάλογο σώμα ώστε να είναι σε θέση να επικοινωνούν και να κινούνται μέσα σ' αυτούς. Έτσι σε κάθε ψυχή που έστειλε ο Θεός στα διάφορα Πνευματικά Επίπεδα και στον Υλικό κόσμο, έδωσε και ένα κατάλληλο σώμα.

Καθώς οι ψυχές άρχισαν να απασχολούνται και να απορροφώνται μέσα στους κόσμους στους οποίους βρέθηκαν, αργά αλλά σταθερά, άρχισαν να ξεχνούν την αρχέγονη υπόστασή τους ως μέρη, ως πνοές (Παλ. Διαθήκη), ως σταγόνες από το Ωκεανό της Θεότητας (Ανατ. Θρησκείες). Οι κόσμοι αυτοί είχαν πολλά θέλγητρα και οι ψυχές χάθηκαν μέσα σε αυτούς. Στο Υλικό Επίπεδο οι ψυχές ταυτίστηκαν τόσο πολύ με το σώμα που τις φιλοξενούσε, ώστε έχασαν τη συνειδητότητα και την ταυτότητά τους σαν ψυχές κι άρχισαν να ασχολούνται μόνο με τις δραστηριότητες αυτού του κόσμου. Ο νους, που δόθηκε κι αυτός σε κάθε ψυχή, σαν εραστής της ηδονής, τράβηξε την προσοχή της από το Θεό και την έστρεψε στον κόσμο. Έτσι, η ψυχή βρέθηκε να πολιορκείται από πλήθος επιθυμιών, που την οδήγησαν σε ενέργειες αρνητικές και λανθασμένες. Μέσα από την επιθυμία της να αποκομίζει διαρκώς εγκόσμιες ευχαριστήσεις, στην πορεία έγινε άπληστη και λάγνα. Άρχισε να λέει ψέματα και να χρησιμοποιεί άτιμα μέσα για να εκπληρώσει αυτές τις επιθυμίες. Όταν πάλι οι επιθυμίες της δεν εκπληρώνονταν, τότε θύμωνε και πλήγωνε τους άλλους με τη σκέψη, τα λόγια ή τις πράξεις της. Βλέπουμε επομένως ότι η ψυχή, όταν ήρθε αντιμέτωπη με τους πειρασμούς, οδηγήθηκε σε ενέργειες που δε χαρακτηρίζονταν από Αγάπη και ήταν ενέργειες ξένες προς τη φύση της.

Θεσπίστηκε λοιπόν στα κατώτερα Πνευματικά Επίπεδα ο "Νόμος του Κάρμα", έτσι ώστε οι ψυχές να δρέπουν τους καρπούς των πράξεών τους. Ο "Νόμος του Κάρμα" ορίζει, με κάθε δράση, να δημιουργείται μία αντίδραση. Αυτός ο νόμος

αποτελεί και έναν από τους θεμελιώδεις νόμους της φυσικής επιστήμης. Καθετί που η ψυχή (ο άνθρωπος) σκέπτεται, κάνει ή λέει καταγράφεται, κι είναι υποχρεωμένη να δρέψει τον καρπό του, με συνέπεια η ψυχή να ανακυκλώνεται μέσα στις πολυποίκιλες μορφές ύπαρξης στα Εσωτερικά Επίπεδα καθώς και σε διάφορες μορφές ύπαρξης μέσα στον Υλικό κόσμο. Το ταξίδι της ψυχής καθορίζεται από το Νόμο του Κάρμα, που είναι ένα αυστηρό σύστημα ελέγχου και καταγραφής για όλα όσα κάθε ψυχή σκέπτεται, λέει και πράττει. Όλες οι καλές πράξεις επιβραβεύονται και όλες οι κακές τιμωρούνται. Υπάρχει δικαιοσύνη στο σύμπαν. Μπορεί να μοιάζει σαν κάποιος κακός άνθρωπος να έχει γλιτώσει την τιμωρία γι' αυτά που έχει κάνει, ενώ σε κάποιον καλόκαρδο όλα να του πηγαίνουν στραβά. Ωστόσο, ο καθένας θα εισπράξει ακριβώς ό,τι του πρέπει. Αυτό μπορεί να συμβεί αμέσως ή μελλοντικά σε αυτή ή σε κάποια επόμενη ζωή.

Πώς λοιπόν λειτουργεί ο Νόμος του Κάρμα; Αρχικά καταγράφεται κάθε σκέψη, λόγος και πράξη, και στο τέλος κάθε ανθρώπινης ζωής, όλα συνυπολογίζονται. Για κάθε καλό που κάναμε, θα λάβουμε κάποια επιβράβευση και για κάθε κακό θα πρέπει να υποστούμε κάποια τιμωρία. Στο τέλος της ζωής μας επομένως το καλό και το κακό "ζυγίζονται". Στις θρησκείες της Ανατολής είναι κοινά αποδεκτό ότι η ψυχή επιστρέφει σε μια άλλη μορφή ύπαρξης, για να μπορέσει να δρέψει την επιβράβευση ή την τιμωρία που της αναλογεί για όλα όσα έχει κάνει στις προηγούμενες ζωές της.

Είδη κάρμα

Το κάρμα διακρίνεται σε τρία είδη: το *σαντσίτ (santsit)*, το *πραλάμπντα (Pralabda)* και το *κριγιάμαν (kriyaman)* κάρμα. Το *σαντσίτ* ονομάζεται και "αποθήκη κάρμα", γιατί είναι κάρμα που συσσωρεύεται στις διάφορες ζωές και κάθε φορά, στο τέλος κάθε ζωής προστίθεται στην αποθήκη αυτή ό,τι

κάρμα δεν έχει διευθετηθεί. Από αυτήν την αποθήκη κάρμα, ένα μερος προκαθορίζεται για να το διευθετήσουμε στην επόμενη μας ενσάρκωση.

Το *πραλάμπντα κάρμα* ή "*μοίρα ή πεπρωμένο ή τύχη*", είναι όπως προαναφέρθηκε ένα μέρος από το αποθηκευμένο κάρμα που μας δίνεται σε κάθε συγκεκριμένη μας ενσάρκωση για διευθέτηση. Όταν ένας άνθρωπος διαβαίνει το μονοπάτι της ζωής, δε γνωρίζει ότι ορισμένα γεγονότα θα του συμβούν ως αποτέλεσμα του πραλάμπντα κάρμα που του έχει παραχωρηθεί σ' αυτήν τη ζωή. Μπορεί να νομίζουμε ότι ορισμένα γεγονότα είναι τυχαία και απρόβλεπτα όμως είναι προκαθορισμένα πριν έρθουμε στη ζωή. Είναι προκαθορισμένο το κάρμα που θα υπομείνουμε.

Το τρίτο είδος κάρμα ονομάζεται *κριγιάμαν* ή «*καθημερινά δημιουργούμενο κάρμα*». Αυτό είναι το νέο κάρμα που δημιουργούμε με την ελεύθερή μας βούληση, με τις ενέργειές μας, τους λόγους και τις σκέψεις μας στην πορεία της τωρινής μας ζωής. Ένα μέρος του το πληρώνουμε σ' αυτήν τη ζωή, ενώ το υπόλοιπο κριγιάμαν κάρμα στο τέλος της κάθε ζωής καταλογίζεται και πηγαίνει στην «αποθήκη κάρμα» ή σαντσίτ κάρμα. Κι έτσι ο τροχός συνεχίζει να γυρνάει, καθώς πριν από την επόμενη γέννηση ένα μέρος απ' αυτά που θα μας συμβούν, μας παραχωρείται να το υποστούμε ως πεπρωμένο ή πραλάμπντα κάρμα.

Η διαδικασία αυτή μοιάζει με το ταμείο μιας επιχείρησης. Κάθε μέρα κερδίζουμε ή χάνουμε χρήματα κι αυτό είναι μέρος από το καθημερινό ή το κριγιάμαν κάρμα. Στο τέλος της ημέρας κάνουμε λογαριασμό, για να δούμε τι έχει απομείνει από τις δοσοληψίες μας κι αυτό αποτελεί μέρος της αποθήκης μας. Έτσι, εμείς αποφασίζουμε πόσα χρέη μας θα ξεπληρώσουμε την επόμενη μέρα και πόσα έσοδα λογαριάζουμε να εισπράξουμε. Αυτά αποτελούν μέρος από τις συναλλαγές της επόμενης μέρας, τα οποία αποτελούν το πραλάμπντα κάρμα ή τη «μοίρα» της επόμενης μέρας. Το τι θα συμβεί μετά την κάθε ζωή και το πού θα πάμε μετά το θάνατό μας, προκαθο-

ρίζεται από το κάρμα μας. Το κάρμα προκαθορίζει επίσης το είδος του σώματος μέσα στο οποίο θα γεννηθούμε στην επόμενη ζωή. Προκαθορίζει επιπλέον, μέχρις ενός βαθμού, τι θα μας συμβεί σ᾽ εκείνη τη ζωή. Ωστόσο, όλα όσα μας συμβαίνουν δεν οφείλονται μόνο στο κάρμα. Έτσι ένα μέρος της ζωής μας προκαθορίζεται από το κάρμα, αλλά το υπόλοιπο βασίζεται στην ελεύθερή μας βούληση. Λέγεται ότι το 75% απ᾽ ό,τι μας συμβαίνει είναι καρμικά προκαθορισμένο και το 25% είναι μια ελεύθερη ζώνη μέσα στην οποία έχουμε ελευθερία δράσης. Με την ελεύθερη βούληση μπορούμε να καθορίσουμε τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας. Επομένως, μπορούμε να επιλέξουμε να κάνουμε το καλό, για το οποίο θα ανταμειφθούμε, ή μπορούμε να επιλέξουμε το κακό, για το οποίο όμως θα υποστούμε τις συνέπειες. Στις Γραφές συναντάμε πολλές αναφορές σχετικά με τον κύκλο του κάρμα. Στο Ευαγγέλιο επισημαίνεται ότι «όπως έσπειρες θα θερίσεις». Στις Μουσουλμανικές Γραφές λέγεται ότι υπάρχουν δυο άγγελοι που καταγράφουν όλες μας τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις. Από αυτούς, ο ένας άγγελος, όπως λένε, κάθεται στον έναν ώμο και καταγράφει τις καλές μας πράξεις και ο άλλος άγγελος κάθεται στον άλλον ώμο και καταγράφει τις κακές μας πράξεις, για τις οποίες στο τέλος της ζωής μας θα πρέπει να λογοδοτήσουμε. Στις Ινδουιστικές παραδόσεις αναφέρεται ότι οι ψυχές, επιστρέφουν πάνω στη γη, κάθε φορά σε μία νέα ύπαρξη, σε ένα συγκεκριμένο σώμα, ανάλογα με τις πράξεις των περασμένων τους ζωών. Μέσα σε αυτές περιγράφεται ακόμα ένα ολόκληρο σύστημα κανόνων και τρόπου ζωής, προκειμένου από τη μια να ελαττώνουμε ή να αποφεύγουμε εκείνες τις πράξεις που θα έχουν αποτέλεσμα τη δημιουργία κακού κάρμα κι από την άλλη να απασχολούμαστε σε δραστηριότητες που θα επιφέρουν την ανταμοιβή μας.

Υπάρχει διαφυγή από το νόμο του κάρμα;

Αν αφεθούμε μόνοι μας, θα συνεχίσουμε να αθροίζουμε κάρμα, καλό ή κακό, για το οποίο μια μέρα θα υποχρεωθούμε να επιβραβευτούμε ή να τιμωρηθούμε. Κατά συνέπεια, ποτέ δεν επέρχεται ισορροπία και συνεχίζουμε να ερχόμαστε στη ζωή ξανά και ξανά. Κάποιος μπορεί να απορεί, γιατί οι καλές πράξεις από μόνες τους δεν είναι αρκετές για να μας εμποδίσουν από το να συνεχίσουμε να πηγαινοερχόμαστε στον υλικό κόσμο; Ο Κρίσνα πολύ όμορφα παρομοιάζει το κάρμα με αλυσίδες. Το κακό κάρμα, λέει, είναι αλυσίδες από σίδερο αλλά και το καλό κάρμα είναι αλυσίδες, μόνο που είναι φτιαγμένες από χρυσό. Όμως, και αυτές, σαν αλυσίδες που είναι, μας κρατούν δεμένους στον κόσμο, στον Τροχό των γεννήσεων και των θανάτων.

Υπάρχει όμως διέξοδος, υπάρχει τρόπος διαφυγής απ' αυτόν τον Τροχό; Λέγεται πως, όταν ο Θεός έφερε σε ύπαρξη τη Δημιουργία Του, δημιούργησε διάφορα Επίπεδα ύπαρξης. Πρώτα δημιούργησε ένα Επίπεδο καθαρού πνεύματος που είναι γνωστό με τη Σανσκριτική του ονομασία Sats Kant και στη συνέχεια δημιούργησε κατά σειρά, το Υπεραιτιατό, το Αιτιατό, το Αστρικό και τέλος το φυσικό Επίπεδο. Οι μεγάλοι Πνευματικοί Διδάσκαλοι μάς λένε ότι ο Τροχός αυτός ισχύει μόνο στα τρία από τα πέντε Επίπεδα της Θεϊκής Δημιουργίας. Δηλαδή ο Νόμος του Κάρμα βρίσκεται σε ισχύ από το Αιτιατό επίπεδο και κάτω. Είναι ένας νόμος που ισχύει στο φυσικό, στο Αστρικό και στο Αιτιατό επίπεδο. Όταν με την εξέλιξη η ψυχή μας καταφέρει να υψωθεί πάνω από τα τρία αυτά βασίλεια και εισέλθει στο τέταρτο βασίλειο, στην Υπεραιτιατή Περιοχή και στη συνέχεια στο πέμπτο βασίλειο, την αμιγώς Πνευματική περιοχή, το Sats Kant που είναι εξ ολοκλήρου πλασμένο από πνεύμα, τότε εμείς (*η ψυχή μας*) θα έχει ξεφύγει από την επίδραση του Καρμικού Νόμου και τη διαδικασία των γεννήσεων και των θανάτων. Η ψυχή μας δε θα είναι πια υποχρεωμένη να επιστρέφει πίσω στο φυσικό κόσμο και να συνεχίσει την πορεία

της στον κύκλο της επιβράβευσης και της τιμωρίας. Έχουμε λοιπόν τη δυνατότητα να αποδράσουμε από τα βάσανα που μας επιφυλάσσει η φυσική ζωή και να απολαύσουμε τη ζωή σε βασίλεια όπου δεν υπάρχουν βάσανα, πόνοι και ταλαιπωρίες.

Οι άγιοι που έχουν ταξιδέψει πέρα απ' αυτά τα τρία βασίλεια έχουν τη δύναμη να οδηγήσουν κι εμάς εκεί και να μας απελευθερώσουν από την επίδραση του κάρμα μας και επομένως από τη διαδικασία των γεννήσεων και των θανάτων. Οι ίδιοι γνωρίζουν τέλεια τον τρόπο να χωρίζουν τη ψυχή τους από το σώμα και να ταξιδεύουν Εσωτερικά, στα ανώτερα Πνευματικά βασίλεια. Γνωρίζουν ακόμα και το δρόμο της επιστροφής και μπορούν να οδηγήσουν και άλλες ψυχές σε βασίλεια όπου θα είναι ανεπηρέαστες από το Νόμο του Κάρμα.

Όταν επιστρέψουμε (οι ψυχές) στη Πηγή μας, απελευθερωνόμαστε από τα δεσμά του καρμικού κύκλου. Δεν είμαιστε πια υποχρεωμένοι να επιστρέψουμε και να ξαναζήσουμε εδώ, σ' αυτό τον κόσμο, αφού ο χείμαρρος του Θείου Φωτός και του Ήχου έχει τη δύναμη να εκμηδενίζει το κάρμα μας. Επομένως, όσο περισσότερο ερχόμαστε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο, αιώνες καρμικών λογαριασμών καθαρίζουν και καίγονται.

Ο δάσκαλος και η κατσίκα

Εάν κατανοήσουμε το Νόμο του Κάρμα και της μετενσάρκωσης τα γεγονότα αυτής της ζωής δε θα μας προκαλούν πια απορίες. Συνειδητοποιούμε τότε πως ό,τι συμβαίνει στους ανθρώπους που ζουν σ' αυτό τον κόσμο είναι ο καρπός του πραλάμπντα κάρμα τους. Συνειδητοποιούμε πως, όταν κάτι απρόσμενο συμβεί σ' ένα νέο παιδί ή σ' έναν καλόκαρδο άνθρωπο, αυτό συμβαίνει γιατί ήρθε η ώρα να ξεπληρώσει κάτι που είχε κάνει σε προηγούμενη ζωή. Εξακολουθούμε να συμπονάμε και θέλουμε να βοηθάμε τους συνανθρώπους μας αλλά συγχρόνως αντιλαμβανόμαστε και την αιτία των βασάνων τους.

Υπάρχει και μια άλλη ενδιαφέρουσα ιστορία που σχετίζε-

ται με το κάρμα και τη συναντούμε στους μύθους του Τζατάκα, μέσα στις Βουδιστικές παραδόσεις. Τον παλιό καιρό, λοιπόν, κάποιοι Βουδιστές είχαν τη συνήθεια να θυσιάζουν ζώα, στη διάρκεια μιας επετείου που ονομαζόταν "Γιορτή των νεκρών". Όπως λέει η ιστορία, ένας δάσκαλος είπε κάποτε στους μαθητές του να βρουν μια κατσίκα, για να την προσφέρουν θυσία σε αυτή τη Γιορτή των νεκρών. Στη συνέχεια τους έδωσε σαφείς οδηγίες, να την πάνε στο ποτάμι και να την πλύνουν και έπειτα να περάσουν μια γιρλάντα με λουλούδια γύρω από το λαιμό της. Οι μαθητές υπάκουσαν στις οδηγίες του δασκάλου τους και βρήκαν μια κατσίκα, που στη συνέχεια την πήγαν στο ποτάμι. Όταν όμως την έλουζαν και τη στόλιζαν, η κατσίκα άρχισε να γελάει χαρούμενη και ύστερα από λίγο άρχισε να κλαίει. Οι μαθητές απόρησαν με τη στάση της και τη ρώτησαν: «Γιατί τη μια γελάς και την άλλη κλαις»; Τότε η κατσίκα τους απάντησε: «Να μου θέσετε αυτή την ερώτηση μπροστά στο δάσκαλό σας ».

Οι μαθητές έφεραν την κατσίκα μπροστά στο δάσκαλό τους και του περιέγραψαν τι είχε συμβεί. Όταν άκουσε τα καθέκαστα, ο δάσκαλος στράφηκε προς την κατσίκα και της έκανε την ίδια ερώτηση:

– «Γιατί μια γελάς και μια κλαις» ; Η κατσίκα τότε του εξήγησε:

– Σε μια από τις περασμένες μου ζωές ήμουν δάσκαλος, όπως εσύ. Θέλησα λοιπόν κι εγώ να κάνω μια προσφορά στη Γιορτή των νεκρών κι έτσι σκότωσα μια κατσίκα. Το αποτέλεσμα αυτής μου της πράξης ήταν ότι υποχρεώθηκα να γεννηθώ και να πεθάνω πεντακόσιες φορές και σε καθεμιά απ' αυτές θα έπρεπε να μου κόβουν το κεφάλι, όπως είχα κάνει κι εγώ σ' εκείνη την κατσίκα. Τούτη είναι η πεντακοσιοστή και τελευταία μου γέννηση, οπότε γέλασα από χαρά, αφού μετά τη σημερινή μέρα θα απελευθερωθώ από την αποτρόπαια πράξη που κάποτε διέπραξα.

– Και τότε, γιατί έκλαιγες; τη ρώτησε ο δάσκαλος.

– Έκλαιγα, γιατί σκέφτηκα πως όταν με σκοτώσεις, θα

υποχρεωθείς κι εσύ να σκοτωθείς πεντακόσιες φορές στις επόμενες ζωές σου. Έκλαψα λοιπόν, επειδή σε λυπήθηκα.

Ο δάσκαλος φοβήθηκε όταν σκέφτηκε τη μελλοντική τιμωρία του και διαβεβαίωσε τη κατσίκα ότι δε θα τη σκότωνε, οπότε κι εκείνη δε θα έπρεπε να ανησυχεί. Όπως όμως του εξήγησε η κατσίκα, δεν είχε σημασία αν θα την σκότωνε ή όχι, γιατί έτσι κι αλλιώς θα πέθαινε εκείνη την ημέρα.

Ο δάσκαλος όμως επέμεινε ότι θα προστάτευε την κατσίκα. Εκείνη ωστόσο του απάντησε ότι η προστασία του δεν μπορούσε να τη σώσει, γιατί δεν μπορούσε να αποφύγει την πληρωμή για τις προηγούμενες πράξεις της. Ο δάσκαλος παρόλα αυτά πρόσταξε τους μαθητές του να παρακολουθούν την κατσίκα όπου κι αν πήγαινε, για να είναι σίγουρος ότι τίποτα και κανείς δε θα την έβλαπτε.

Καθώς κυλούσε η μέρα, η κατσίκα πείνασε και θέλησε να φάει λίγα φύλλα από ένα θάμνο που βρισκόταν στην κορυφή ενός βράχου. Σκαρφάλωσε λοιπόν στην κορυφή, αλλά την ώρα που έτρωγε ένας κεραυνός χτύπησε το βράχο, με αποτέλεσμα να αποκολληθεί ένα κομμάτι του και να πέσει πάνω στην κατσίκα, σκοτώνοντάς την ακαριαία.

Μόλις έμαθε τα νέα για το θάνατο της κατσίκας, ο δάσκαλος γύρισε προς τους μαθητές του και τους είπε: «Αν οι άνθρωποι γνώριζαν το τίμημα που θα όφειλαν να πληρώσουν για τις πράξεις τους, ποτέ δε θα πλήγωναν κανένα ζωντανό πλάσμα, άνθρωπο ή ζώο». Από τότε, οι μαθητές και ο δάσκαλός τους αποφάσισαν να μη σκοτώσουν ξανά κανένα ζωντανό πλάσμα.

Έτσι λοιπόν και εμείς όταν συνειδητοποιήσουμε την ισχύ του Νόμου του Κάρμα, θα προσέχουμε σχολαστικά τις πράξεις μας. Δε θα θέλουμε να κάνουμε τίποτα που να δημιουργεί καινούριο κάρμα. Ακόμα, θα καταλάβουμε ότι δεν υπάρχει τίποτα που να είμαστε σε θέση πραγματικά να το αποφύγουμε. Όπως έλεγαν και οι αρχαίοι Έλληνες: «*Το πεπρωμένο φυγείν αδύνατο*». Προς στιγμή, μπορεί να νομίζουμε ότι είμαστε σε θέση να ξεφύγουμε από διάφορα γεγονότα. Όμως, αργά ή γρήγορα, θα κληθούμε να πληρώσουμε γι᾽ αυτά. Η γνώση αυτού του νόμου

θα έχει ως συνέπεια να αποφασίσουμε να τηρούμε πιο πιστά τις ηθικές αξίες της ζωής.

Οι ηθικές αξίες

Οι ηθικές αξίες δεν είναι ένα σύστημα κανόνων που πρέπει να ακολουθούμε. Μας δόθηκαν από άγιους και Διδασκάλους που γνώριζαν πώς λειτουργεί το σύμπαν, γνώριζαν το νόμο του Θεού και γνώριζαν ποιες πράξεις μπορούν να μας γλιτώσουν από την επίδραση του κάρμα. Μας λένε λοιπόν πως, όταν ευλογηθούμε να έρθουμε στα πόδια ενός Τελείου Διδασκάλου, εκείνος θα αναλάβει να εξοφλήσει το λογαριασμό τού κάρμα μας και να μας δείξει πώς μπορούμε να απελευθερωθούμε από τον Κύκλο των Γεννήσεων και των Θανάτων. Ο τρόπος με τον οποίο ορίζει ότι μπορούμε να το πετύχουμε είναι ο διαλογισμός και η καλλιέργεια των ηθικών αρετών της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας, της προσφοράς υπηρεσιών με ανιδιοτέλεια και η Αγάπη προς όλους. Η αρχή της χορτοφαγίας βασίζεται στη γνώση του Νόμου του Κάρμα. Ακολουθώντας χορτοφαγική διατροφή, αποφεύγοντας δηλαδή το κρέας, τα ψάρια, και τα πουλερικά, αποφεύγουμε να αφαιρούμε τη ζωή από τα ζώα και να πέφτουμε σε παραπτώματα που ανήκουν στην κατηγορία της «μη βίας».

Οι αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς, όλες πηγάζουν από την Αγάπη. Η Αγάπη είναι ο Θεός και ο Θεός είναι Αγάπη. Η Αγάπη είναι μια έμφυτη ιδιότητα της ψυχής μας. Όπως είδαμε προηγουμένως, όταν η ψυχή στάλθηκε από το Θεό να κατοικήσει στον κόσμο, απώλεσε τη γεμάτη Αγάπη φύση της, επειδή άρχισε να επιδιώκει την ικανοποίηση των εγκόσμιων επιθυμιών της. Αυτές οι πράξεις απομάκρυναν όλο και πιο πολύ την ψυχή από το Θεό και από την αληθινή της φύση. Για να επιστρέψουμε ξανά στο Θεό έχουμε στο οπλοστάσιό μας δυο βοηθητικούς παράγοντες: το διαλογισμό και

την ηθική διαβίωση. Η ηθική διαβίωση μάς βοηθάει να επανακτήσουμε την αληθινή μας φύση, να είμαστε δηλαδή γεμάτοι Αγάπη. Όλες οι υπόλοιπες αρετές είναι επακόλουθα της Αγάπης. Όταν αγαπάμε δεν ασκούμε βία. Σκεφτόμαστε ποτέ να πληγώσουμε εκείνους που αγαπάμε; Σίγουρα όχι. Όταν αγαπάμε, είμαστε ειλικρινείς και τίμιοι, γιατί δεν έχουμε τίποτα να κρύψουμε απ᾽ αυτούς που αγαπάμε. Επίσης ποτέ δε θα κλέψουμε ούτε θα ξεγελάσουμε όσους αγαπάμε, οπότε και οι δοσοληψίες μας θα βασίζονται πάντοτε στην ειλικρίνεια και στην αλήθεια. Ποτέ δε θα μας κυριεύει ο πόθος γι᾽ αυτούς που αγαπάμε. Θα τους τιμάμε και θα τους σεβόμαστε και ποτέ δε θα προσπαθήσουμε να τους αποσπάσουμε τίποτα, για να ικανοποιήσουμε απλώς τις λάγνες επιθυμίες μας. Όπου υπάρχει Αγάπη υπάρχει και ταπεινότητα. Ποτέ δε θα προσπαθήσουμε να εξυψλωσουμε τον εαυτό μας και να είμαστε υπερόπτες μ᾽ εκείνους που αγαπάμε. Όπου υπάρχει αγάπη υπάρχει ανιδιοτελής προσφορά. Θα επιθυμούμε να βοηθάμε τους άλλους και να γινόμαστε θυσία γι᾽ αυτούς που αγαπάμε.

Αναπτύσσοντας τις ηθικές αρετές, θα πλησιάσουμε την αρχέγονη κατάστασή μας, που είναι πνεύμα και αγνή Αγάπη. Μαζί με το διαλογισμό, την τεχνική της υπέρβασης της σωματικής μας συνειδητότητας, μπορούμε να προοδεύσουμε σίγουρα και σταθερά στο δρόμο της επιστροφής μας πίσω, στο Αιώνιό μας Σπίτι, πίσω στο Θεό και έξω από τον Κύκλο του Κάρμα. Συνεπώς, μέσω του διαλογισμού και της ηθικής διαβίωσης, μπορούμε να βάλουμε ένα τέλος στην επαναγέννησή μας και στις καρμικές αντιδράσεις.

Τι έχει αξία στη ζωή

Πιθανόν να αναρωτιέστε πώς είναι δυνατόν να εξακριβώσουμε την αλήθεια για το κάρμα και τη μετενσάρκωση. Η σύγχρονη επιστήμη τις τελευταίες δεκαετίες έχει αρχίσει να επιβεβαιώνει την ύπαρξη του Νόμου του Κάρμα και της μετεν-

σάρκωσης, βασισμένη στις καταλυτικές μαρτυρίες ανθρώπων που βίωσαν παραθανάτιες εμπειρίες. Αυτοί ανακάλυψαν πως, όταν εγκατέλειψαν το σώμα, είδαν να περνάει μπροστά από τα μάτια τους ολόκληρη η ζωή τους και μια φιλόστοργη οντότητα, λειτουργώντας σαν οδηγός, τους βοηθούσε να κάνουν μια ανασκόπηση των γεγονότων της ζωής τους. Είδαν την καταγραφή όλων των σκέψεων, των λόγων και των πράξεών τους και επιπλέον μπορούσαν να νιώσουν τα συναισθήματα και να διαβάσουν τις σκέψεις των άλλων που οι ίδιοι επηρέασαν μέχρι τότε με τις πράξεις τους.

Ο σκοπός αυτής της ανασκόπησης ήταν να δείξει στα άτομα, πόση αγάπη, ενδιαφέρον και βοήθεια είχαν δείξει οι ίδιοι στους άλλους κατά τη διάρκεια της ζωής τους. Όσοι βίωσαν αυτήν την ανασκόπηση στη διάρκεια κάποιας παραθανάτιας εμπειρίας τους, μίλησαν με τα ίδια λόγια και είπαν συμπερασματικά ότι η εμπειρία που βίωσαν τους έδωσε να καταλάβουν ότι δεν είχε σημασία πόσα χρήματα είχαν κάνει στη ζωή τους, δεν είχε σημασία πόση ισχύ και δύναμη είχαν αποκτήσει, δεν είχαν σημασία το καλό τους όνομα και η φήμη, δεν είχαν σημασία τα εγκόσμια επιτεύγματά τους, δεν είχε σημασία αν είχαν πάρει το χρυσό ή το χάλκινο μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες ή αν είχαν κερδίσει τον τίτλο της μις Υφήλιος ή αν είχαν γίνει πρόεδροι ή βασιλιάδες. Οι μόνες στιγμές που είχαν σημασία και θεωρήθηκαν άξιες λόγου ήταν οι στιγμές που κατά τη διάρκεια της μέχρι τότε ζωής τους είχαν επιδείξει Αγάπη, καλοσύνη, φροντίδα και ευσπλαχνία για τους άλλους.

Η Αγάπη είναι Νόμος του Σύμπαντος. Στο τέλος της τωρινής μας ζωής, εκείνο που θα μετρήσει είναι το μέγεθος της Αγάπης και η αυτοθυσία που δείξαμε για τους άλλους καθώς και η συμπόνια και η βοήθεια γι᾽ αυτούς. Έτσι λοιπόν, όλοι όσοι βίωσαν μια παραθανάτια εμπειρία, όταν επανήλθαν στη σωματική τους συνειδητότητα αναθεώρησαν ριζικά τον τρόπο με τον οποίο μέχρι τότε ζούσαν. Συνειδητοποίησαν άμεσα ότι αυτό που μετράει είναι οι ηθικές αξίες. Αυτό που μετράει μέσα

στη Θεϊκή Δημιουργία, είναι το ποιοι είμαστε ως άτομα και όχι τα εγκόσμια επιτεύγματα και οι κατακτήσεις μας.

Όπως αυτοί που βίωσαν παραθανάτιες εμπειρίες έτσι και εμείς, μπορούμε να βιώσουμε την ίδια μεταμόρφωση, όταν έρθουμε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο στη διάρκεια του διαλογισμού μας. Η επαφή αυτή σβήνει το κάρμα αιώνων και μας πλημμυρίζει με Αγάπη, που είναι η αληθινή μας υπόσταση. Όπως λέει και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ σε κάποιους στίχους του:

«Ήπια το κρασί που με γεμίζει έκσταση,
Κι άρχισα να αγαπώ όλη την ανθρωπότητα, Ω Οινοχόε.»

Το "κρασί" στο οποίο αναφέρεται είναι ένας ποιητικός όρος που συναντάμε στη μυστικιστική ποίηση των *Σούφι* [1] και εννοεί τον Ιερό Λόγο ή το Φως και τον Ήχο του Θεού. Όταν έρθουμε σε επαφή μαζί του, πλημμυρίζουμε από Θεϊκή αγάπη και έκσταση και αρχίζουμε να αγαπάμε όλη την ανθρωπότητα. Όπως είπε και ο Τσάραν Ντας, ένας μεγάλος μυστικιστής άγιος που έζησε μερικές εκατοντάδες χρόνια πριν:

«Η Αγάπη από τις εγκόσμιες προσκολλήσεις
μάς ελευθερώνει και στον Κύριο κοντά μάς οδηγεί.
Η Αγάπη μάς μετουσιώνει
και με το πνεύμα της Βασιλείας του Θεού μας πληρεί.»

Ας προσπαθήσουμε να ζήσουμε τη ζωή μας με τέτοιον τρόπο, ώστε να ξεφύγουμε από την επίδραση του κάρμα. Αυτό μπορούμε να το πραγματοποιήσουμε όταν μάθουμε τη μέθοδο του διαλογισμού από έναν αρμόδιο Διδάσκαλο και στη συνέχεια αφιερώνουμε χρόνο σε διαλογισμό και ακόμα ζώντας μια ηθική και ενάρετη ζωή. Δεν μπορούμε να αλλάξουμε ό,τι έχουμε κάνει αλλά μπορούμε να εμποδίσουμε τον εαυτό μας να φυτέψει τους σπόρους ενός σκοτεινού μέλλοντος. Αντί γι'

1 Σημ μετ. «Σούφι» ονομάζονται οι μύστες του Ισλάμ

αυτό, ας φυτέψουμε τους σπόρους για μια πλούσια μελλοντική συγκομιδή που θα είναι γεμάτη από πνευματικότητα, Αγάπη και Φως.



11. Εναρμονιστείτε με τη ζωή του Φωτός

Στην εποχή που ζούμε γνωρίζουμε ότι μέσω της τηλεόρασης μπορούμε να δούμε και να ακούσουμε προγράμματα που μεταδίδονται από μακριά απλώς και μόνο με το πάτημα ενός κουμπιού, συντονίζοντας τη συσκευή μας με κάποιο συγκεκριμένο σταθμό. Σε μερικές χώρες μπορούμε να συντονιστούμε μόνο με έναν ή δυο σταθμούς, ενώ σε άλλες μπορούμε να επιλέξουμε εκπομπές μέσα από εκατό και πλέον κανάλια. Μολονότι όλοι οι σταθμοί εκπέμπουν ταυτόχρονα, εμείς ακούμε και βλέπουμε μόνο εκείνον το σταθμό στον οποίο είναι συντονισμένο το κουμπί της τηλεόρασης. Για να παρακολουθήσουμε κάποιο άλλο πρόγραμμα, πρέπει να γυρίσουμε το κουμπί σε κάποια άλλη συχνότητα.

Κάθε άνθρωπος, είναι σαν τον δέκτη της τηλεόρασης. Ο εγκέφαλος και οι αισθήσεις μας είναι δομημένα με τέτοιο τρόπο, ώστε να είμαστε σε θέση να συντονιστούμε με τον εξωτερικό κόσμο. Βλέπουμε, ακούμε, μυρίζουμε, γευόμαστε και αγγίζουμε το εξωτερικό μας περιβάλλον. Εστιάζοντας την προσοχή μας στις εντυπώσεις που προσλαμβάνουμε μέσω των αισθήσεων, είμαστε σε θέση να αντιληφθούμε τι συμβαίνει γύρω μας στο φυσικό κόσμο. Ωστόσο, κάθε άνθρωπος έχει προικιστεί από το Θεό με την ικανότητα να συντονίζεται και μ' ένα άλλο κανάλι. Ένα κανάλι που αντιλαμβάνεται και δέχεται μηνύματα από βασίλεια πέραν του φυσικού κόσμου.

Σε κάθε εποχή υπήρξαν άνθρωποι οι οποίοι αναφέρθηκαν σε εμπειρίες τους που υπερέβαιναν το φυσικό κόσμο. Αν εξετάσουμε λεπτομερώς τα κείμενα και τα γραπτά τέτοιων φιλοσόφων, αγίων και μυστών, θα βρούμε αναφορές για εμπειρίες τους από θαυμαστά βασίλεια στο υπερπέραν. Αυτές οι αναφορές, μας δίνουν ένα ευρύ φάσμα πληροφοριών, σχετικά με τις επαφές τους με πνεύματα και με θαυμάσιους υπερφυσικούς κόσμους και ακόμα για το φτερούγισμα της ψυχής τους σε επουράνια βασίλεια που κατοικούνται από όντα από αιθερική ύλη.

Αν διαβάσουμε τις αφηγήσεις τέτοιων αγίων και προφητών, ανακαλύπτουμε περιγραφές από εμπειρίες που είχαν ακόμα και με τον ίδιο το Θεό. Όταν βρίσκουμε τόσες πολλές αφηγήσεις σε όλες τις θρησκείες, σε όλες τις χώρες και σε όλες τις χρονικές περιόδους, είναι δύσκολο να τις αγνοήσουμε, θεωρώντας τες απλώς και μόνον ταξίδια της φαντασίας. Είναι τόσες πολλές οι αναλογίες και οι ομοιότητες στα γραπτά ανθρώπων που ποτέ δεν είχαν καν ακούσει ο ένας για τον άλλον, ώστε αναρωτιέται κανείς αν πράγματι υπάρχουν περιοχές του υπερπέραν, στις οποίες μπορούμε να ταξιδέψουμε και εμείς τώρα. Ενώ απολαμβάνουμε να διαβάζουμε αυτές τις εμπειρίες και τις βρίσκουμε συναρπαστικές, μόνον ένας τρόπος υπάρχει να επιβεβαιώσουμε αν αυτές οι Εσωτερικές εμπειρίες είναι αληθινές ή όχι. Το διάβασμα για ανώτερες περιοχές μπορεί να εξάπτει την περιέργειά μας, αλλά δεν μπορεί να αποδείξει την ύπαρξή τους. Η θεωρητική γνώση βρίσκεται στη σφαίρα της πίστης. Την έμπρακτη απόδειξη είναι απαραίτητο να την βιώσουμε εμείς οι ίδιοι, εδώ και τώρα για να αποκτήσουμε πεποίθηση για την ύπαρξη των πνευματικών κόσμων. Γεννιέται επομένως το ερώτημα, πώς μπορούμε να βιώσουμε αυτή την εμπειρία εμείς οι ίδιοι;

Αποκτήστε προσωπική εμπειρία των Πνευματικών βασιλείων

Εκείνοι που έχουν καταφέρει να σπάσουν τα δεσμά του φυσικού κόσμου μάς βεβαιώνουν πως είναι εφικτό να βιώσουν και άλλοι άνθρωποι τις ίδιες εμπειρίες. Χρησιμοποιώντας τη σύγχρονη ορολογία, σύμφωνα με τα πιο πάνω, μπορούμε να φανταστούμε αυτή τη μέθοδο σαν το συντονισμό με ένα κανάλι με το οποίο μπορούμε να έχουμε πρόσβαση στα Πνευματικά βασίλεια του υπερπέραν. Ενώ το κανάλι του κόσμου εκπέμπει οπτικά και ηχητικά κύματα σε συγκεκριμένη συχνότητα, που είναι ορατή και ακουστή από τα φυσικά μας μάτια και αυτιά,

το κανάλι των Πνευματικών βασιλείων εκπέμπει σε ένα ρεύμα Φωτός και Ήχου που είναι ορατό και ακουστό μόνον από την ψυχή μας. Ακριβώς όπως έχουμε μάτια και αυτιά για να βλέπουμε και να ακούμε το φυσικό κόσμο, η ψυχή μας αντιλαμβάνεται μέσω του Εσωτερικού οφθαλμού και του Εσωτερικού αυτιού, που είναι συντονισμένα με ορισμένη Πνευματική συχνότητα, τους πνευματικούς κόσμους. Τόσο το φυσικό, όσο και το Πνευματικό βασίλειο εκπέμπουν ταυτόχρονα. Στην πραγματικότητα, αυτήν ακριβώς τη στιγμή που μιλάμε υπάρχει ζωή που εξελίσσεται στα Πνευματικά βασίλεια, τα οποία είναι τόσο απέραντα, που κάνουν αυτήν τη γη να μοιάζει με μικροσκοπική κουκίδα. Η ζωή αυτή είναι κρυμμένη από τα εξωτερικά μας μάτια, αλλά είναι προσιτή στο Εσωτερικό μας μάτι. Απλώς χρειάζεται να μάθουμε να συντονιζόμαστε με το Φως, Εσωτερικά, ώστε να γίνουμε μάρτυρές του.

Οι άγιοι και οι Διδάσκαλοι διαμέσου των αιώνων έχουν τελειοποιήσει μια μέθοδο για το συντονισμό μας με το Φως. Οι ίδιοι έχουν δώσει άρτια μορφή σε τεχνικές που μπορούν να ασκηθούν κι από άλλους. Έχουν πει ότι η αλήθεια είναι απλή. Τα μυστήρια της φύσης μοιάζουν πολύπλοκα, όταν όμως οι επιστήμονες σπάσουν τον κώδικα, ανακαλύπτουν τις κρυμμένες αρχές, που στην πραγματικότητα είναι απλές. Το ίδιο συμβαίνει και με τη διαδικασία της επαφής με το Φως Εσωτερικά. Το ζήτημα είναι απλώς να αλλάξουμε σταθμό και από τους τηλεοπτικούς και ραδιοφωνικούς σταθμούς του υλικού κόσμου να συντονιστούμε με αυτόν του Εσωτερικού κόσμου. Χρειάζεται με άλλα λόγια να αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο και να τον στρέψουμε στον Εσωτερικό. Είναι ακριβώς όπως επιτυγχάνεται ο τηλεοπτικός συντονισμός με το γύρισμα ενός διακόπτη.

Ας κάνουμε αυτήν την απλή άσκηση. Τούτη τη στιγμή κοιτάμε ίσια μπροστά με τα εξωτερικά μας μάτια και η προσοχή μας επικεντρώνεται στο οπτικό πεδίο που βρίσκεται μπροστά από τους βολβούς των ματιών μας. Τώρα, με τα μάτια ανοιχτά, φέρτε στο νου ένα δέντρο. Δείτε τα πράσινα φύλλα του. Τα

μάτια σας είναι ακόμα ανοιχτά, αλλά η προσοχή σας επικεντρώνεται στην εικόνα του δέντρου μέσα στο νου σας. Δεν απαιτείται προσπάθεια. Είναι απλά μια μετάθεση της προσοχής σε διαφορετικό σημείο. Η ίδια αρχή ισχύει και στην περίπτωση του συντονισμού με το Φως. Εμείς απλά μεταθέτουμε την προσοχή μας Εσωτερικά.

Το σημείο που περιγράφουν ως αφετηρία όλοι οι μύστες που έχουν διασχίσει το υπερπέραν είναι γνωστό ως "Τρίτος" ή "Μοναδικός Οφθαλμός" και εντοπίζεται ανάμεσα και πίσω από τα δυο φρύδια. Αυτό είναι το σημείο λήψης του καναλιού που οδηγεί στους Εσωτερικούς κόσμους. Όταν κλείνοντας τα μάτια μας συγκεντρωθούμε Εσωτερικά, θα μπορέσουμε να δούμε και να ακούσουμε το Φως και τον Ήχο του υπερπέραν. Μέσω της καθοδήγησης και της βοήθειας ενός Ειδήμονα που κατέχει αυτήν την τεχνική, θα δούμε ένα πανόραμα από Φώτα και θα ακούσουμε μια Ουράνια Μουσική. Η ψυχή μας, όταν αντικρίσει την Πνευματική ακτινοβολία, γοητεύεται τόσο πολύ απ' αυτήν, ώστε αρχίζει να υπερβαίνει τη συνειδητότητα του φυσικού κόσμου και εισέρχεται στις Πνευματικές περιοχές. Η ομορφιά αυτού του Εσωτερικού καναλιού έγκειται στο ότι όχι μόνο βλέπουμε και ακούμε, αλλά αισθανόμαστε ότι εισχωρούμε μέσα σε αυτά τα βασίλεια και διαπιστώνουμε ότι εκεί μας περιμένει ένας μεγάλος αριθμός από περιοχές, καθεμιά με διαφορετική πυκνότητα. Καθώς προοδευτικά πηγαίνουμε από τη μια περιοχή στην επόμενη, ανακαλύπτουμε σταδιακά περισσότερο Φως, περισσότερη Αγάπη, περισσότερη μακαριότητα, περισσότερη συνειδητότητα. Η ψυχή μας νιώθει εκστασιασμένη και ευτυχισμένη καθώς πετάει ψηλά μέσα σ' αυτές της Περιοχές. Συνειδητοποιούμε πλέον ότι δεν είμαστε το σώμα, αλλά ότι υπάρχουμε ως ψυχές. Συνειδητοποιούμε ότι είμαστε αθάνατοι και ο θάνατος του φυσικού μας σώματος δε μας τρομάζει πια.

Φτάνουμε σ' ένα σημείο της ανθρώπινης ιστορίας όπου έχουν απομείνει λίγα μόνο μυστήρια που αφορούν το φυσικό κόσμο. Έχουμε εξερευνήσει τα πιο μικρά κομμάτια της ύλης

και έχουμε επεκτείνει την όρασή μας στα πιο απομακρυσμένα σημεία του εξωτερικού διαστήματος. Με την εξέλιξη των μέσων μεταφοράς μπορούμε να κάνουμε το γύρο της γης μέσα σε ώρες, ενώ μπορούμε να έχουμε πρόσβαση σε πληροφορίες ακόμη και στα πιο απομακρυσμένα μέρη του κόσμου. Υπάρχουν άνθρωποι που έχουν ταξιδέψει σε κάθε ήπειρο αλλά ακόμα και χωρίς να ταξιδέψουμε, μπορούμε να γνωρίσουμε κάθε περιοχή του πλανήτη με τη βοήθεια της τηλεόρασης, του κινηματογράφου και μέσα από βιβλία. Έχοντας μείνει ανεξερεύνητες λίγες μόνον περιοχές του κόσμου, οι άνθρωποι στρέφονται σήμερα στην ανακάλυψη των Εσωτερικών βασιλείων ύπαρξης.

Η διαδικασία της συγκέντρωσης της προσοχής στο κανάλι που οδηγεί στο Εσωτερικό Φως είναι γνωστή σαν διαλογισμός. Όταν, μέσω του διαλογισμού, βρεθούμε στο υπερπέραν, η μακαριότητα είναι τόσο ασύλληπτη, ώστε, αφού τη βιώσουμε, αναρωτιόμαστε πώς ήταν ποτέ δυνατό να ζούμε χωρίς αυτή. Οι άνθρωποι που είναι σε θέση να ταξιδεύουν στο υπερπέραν νιώθουν τόσο μεθυσμένοι και πλήρεις, που επιθυμούν να μοιραστούν την εμπειρία τους και με άλλους. Αυτός είναι και ο λόγος που οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι προσσφέρουν στην ανθρωπότητα την τεχνική του διαλογισμού. Όταν ανακαλύπτουμε κάτι που μας κάνει ευτυχισμένους ή όταν γευόμαστε κάτι όμορφο ή όταν μας έρθει μια ξαφνική ιδέα, είναι στη φύση μας να μη θέλουμε να το κρατήσουμε μόνο για τον εαυτό μας. Θέλουμε να το μοιραστούμε μ᾽ όλον τον κόσμο, για να συμμετέχουν και άλλοι στην ίδια χαρά.

Επιλέξτε τον τρόπο που θέλετε να ζείτε

Κάθε στιγμή της ζωής μας καλούμαστε να επιλέγουμε. Η επιλογή μας κάθε φορά είναι είτε να εναρμονιστούμε με τον κόσμο είτε να εναρμονιστούμε με το Εσωτερικό Φως. Όταν εναρμονιζόμαστε με τον κόσμο, περιορίζουμε τις κολοσσιαίες μας δυνατότητες. Όταν εναρμονιζόμαστε με το Φως, αποκτά-

με τη γνώση τόσο αυτού όσο και του αόρατου κόσμου. Εκτός όμως από τη γνώση, διεισδύουμε και αντλούμε δυνάμεις από μια αστείρευτη δεξαμενή μακαριότητας και ευτυχίας, που παραμένει μαζί μας όλη την ώρα. Μόλις μάθουμε την τεχνική του διαλογισμού και μάθουμε να συντονιζόμαστε με το Φως, μπορούμε να διεισδύσουμε σ' αυτό το Εσωτερικό Ρεύμα, όποια ώρα το θελήσουμε.

Καθώς κυλούν οι μέρες της ζωής μας, μπορούμε να παραμένουμε συντονισμένοι με τον κόσμο ή να ανυψώνουμε το βλέμμα μας στο Φως. Εκείνο που διαφοροποιεί σημαντικά τη συμπεριφορά μας και τον τρόπο που αντιμετωπίζουμε τα βάσανα και τις δοκιμασίες της ζωής είναι το πού βάζουμε την προσοχή μας. Το μυστικό για την Πνευματική μας πρόοδο είναι να διατηρούμε την προσοχή μας συντονισμένη με το Φως. Η αποτελεσματικότητα αυτής της τεχνικής μπορεί να αναλυθεί επιστημονικά και λογικά. Σε κάθε ρεύμα υπάρχουν δυο κατευθύνσεις. Η μια είναι να απομακρύνεται από την πηγή του και η άλλη να επιστρέφει σ' αυτήν. Σε ορισμένες περιπτώσεις αυτό ονομάζεται αντίστοιχα αρνητική και θετική δύναμη. Οι μύστες έχουν διατυπώσει την άποψη πως οτιδήποτε μας οδηγεί προς το Θεό δηλαδή προς την Πηγή είναι θετικό, ενώ οτιδήποτε μας στρέφει προς την αντίθετη κατεύθυνση είναι αρνητικό. Μπορούμε επομένως να σταθμίσουμε όλες τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας με βάση αυτό το κριτήριο: *Κάθε σκέψη, λόγος ή πράξη που μας πηγαίνει προς την κατεύθυνση της Πηγής είναι θετική, ενώ κάθε σκέψη, λόγος ή πράξη που μας οδηγεί μακριά από την Πηγή είναι αρνητική*. Για να καταφέρουμε να μείνουμε εναρμονισμένοι με το Εσωτερικό Φως του Θεού, χρειάζεται να στρέψουμε την προσοχή μας στο θετικό πόλο, που είναι ο Θεός. Κάθε στιγμή έχουμε τη δυνατότητα να επιλέγουμε, είτε να σκεφτόμαστε, να μιλάμε και να ενεργούμε με τρόπο που η προσοχή μας να είναι στραμμένη στο Εσωτερικό Φως είτε να εστιάζουμε την προσοχή μας στον κόσμο.

Σκλαβωμένοι από τα πάθη μας

Όταν εστιάζουμε την προσοχή μας στον κόσμο, έχουμε την πιθανότητα να παρασυρθούμε από μια στρατιά θέλγητρα και πειρασμούς. Όταν η ψυχή μας μπαίνει σ' ένα φυσικό σώμα, προσκολλάται στο νου και στις αισθήσεις. Ο νους είναι εραστής της απόλαυσης και ως εκ τούτου προσκολλάται στον κόσμο μέσω των αισθήσεων και των αισθησιακών απολαύσεων. Ο νους θα μας οδηγήσει σε οποιαδήποτε ακρότητα, προκειμένου να ικανοποιήσει τις ροπές του. Τότε κι εμείς γινόμαστε σκλάβοι εκείνων που ονομάζονται "τα πέντε πάθη", που είναι ο θυμός, η λαγνεία, η πλεονεξία, η προσκόλληση και ο εγωισμός. Όταν δεν μπορούμε να αποκτήσουμε αυτό που επιθυμούμε, πέφτουμε θύματα του θυμού μας. Θα πούμε οτιδήποτε και θα κάνουμε τα πάντα για να εκπληρώσουμε τις επιθυμίες μας. Γινόμαστε επίσης έρμαια του πόθου και της εμμονής να αποκτήσουμε τα αντικείμενα των επιθυμιών μας. Η απληστία εμφανίζεται στο προσκήνιο όταν δεν είμαστε ικανοποιημένοι με τα υπάρχοντά μας και διαρκώς επιθυμούμε περισσότερα. Νιώθουμε επίσης προσκολλημένοι όταν δε θέλουμε να εγκαταλείψουμε αυτό που επιθυμούμε ή μας διακατέχει ο φόβος ότι θα χάσουμε αυτά που έχουμε. Ο εγωισμός είναι η αίσθηση ότι υπερέχουμε έναντι των άλλων. Νιώθουμε ότι είμαστε καλύτεροι και ότι κανείς δεν μπορεί να συγκριθεί μαζί μας. Αισθανόμαστε πιο έξυπνοι, πιο πλούσιοι και πιο ισχυροί από τους άλλους.

Αν αναλύσουμε τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας κάθε μέρα που περνάει, θα ανακαλύπτουμε ότι το εγώ μας μαστίζεται απ' αυτά τα πέντε πάθη. Στην προσπάθεια να εκπληρώσουμε τις επιθυμίες μας, βρισκόμαστε σε διαρκή ένταση. Περνάμε διαδοχικά στιγμές θυμού, πόθου, απληστίας, προσκόλλησης και εγωισμού και πάλι αρχίζουμε από την αρχή. Σ' αυτήν την κατάσταση, δύσκολα βρίσκουμε πλήρη ικανοποίηση και νοητική ηρεμία. Ο νους μας είναι διαρκώς ανήσυχος και αναστατωμένος. Βλέπουμε τις σχέσεις μας με τους άλλους να

είναι συνεχώς τεταμένες και πληγωνόμαστε και πληγώνουμε τους άλλους. Βρισκόμαστε σε διαρκή διαμάχη με τους πάντες γύρω μας. Σε αυτό το αδυσώπητο κυνήγι της εκπλήρωσης των επιθυμιών μας, καταστρέφουμε τις σχέσεις μας ακόμα και με τα πιο οικεία μας πρόσωπα. Αυτή η λυπηρή κατάσταση είναι υπεύθυνη για όλες τις συγκρούσεις, τις διενέξεις και τους πολέμους στον κόσμο.

Στραφείτε προς το Θεό

Η μόνη λύση, για να μπορέσουμε να δούμε την ειρήνη να κυριαρχεί στον κόσμο και να βρούμε ηρεμία εμείς οι ίδιοι, είναι να βγούμε έξω από τον κύκλο των εγκόσμιων επιθυμιών. Όσο είμαστε συντονισμένοι με τον κόσμο, θα βρισκόμαστε συνεχώς σε μπελάδες, εξαιτίας αυτών των πέντε παθών. Η επαφή μας με το Εσωτερικό Φως οδηγεί στην εκπλήρωση όλων μας των επιθυμιών. Μας προσφέρει μια αίσθηση πληρότητας στο επίπεδο της ψυχής, η οποία μας απορροφά τόσο πολύ, ώστε δεν έχουμε ανάγκη καμιά άλλη κατώτερη απόλαυση. Μόλις απολαύσουμε την Εσωτερική μακαριότητα μέσα μας, όλες οι άλλες εγκόσμιες απολαύσεις χάνουν τη γεύση και την ουσία τους.

Από τη στιγμή που ξυπνάμε, μέχρι τη στιγμή που πέφτουμε για ύπνο το βράδυ, πρέπει αυτές οι επιλογές να βρίσκονται ζωντανές μπροστά μας. Κάθε στιγμή θα πρέπει να συνειδητοποιούμε αν είμαστε συντονισμένοι με τον κόσμο ή με το Φως μέσα μας; Κινούμαστε προς την αρνητική κατεύθυνση του κόσμου και των πειρασμών του ή προς την κατεύθυνση του Θεού, της Αγάπης και του Φωτός Του; Ο Θεός περιμένει να στραφούμε προς το μέρος Του. Μας περιμένει εδώ κι εκατομμύρια χρόνια να γυρίσουμε στην Αγκαλιά Του. Εμείς ωστόσο είμαστε υποχρεωμένοι να συνεχίσουμε την περιφορά μας στον κύκλο της μετεμψύχωσης, από γέννηση σε επαναγέννηση, μέχρι να αποφασίσουμε επιτέλους να στραφούμε προς το μέρος

Του και να επιστρέψουμε κοντά Του. Μας παρακολουθεί και μας περιμένει με λαχτάρα. Γνωρίζει ότι έχουμε ανθρώπινες αδυναμίες και ελαττώματα. Αλλά από τη στιγμή που στρέφουμε το πρόσωπό μας προς το μέρος Του, ανταποκρίνεται αμέσως με ένα ξεχείλισμα Χάρης, για να μας ανυψώσει μέχρι τον εαυτό Του. Λίγοι συνειδητοποιούμε ότι κάθε σκέψη, λόγο και πράξη που επιλέγουμε αν δεν κατευθύνεται προς το μέρος Του, μας οδηγεί μακριά Του.

Πώς όμως μπορούμε να κρατήσουμε την προσοχή μας διαρκώς στραμμένη σ' Εκείνον; Πρώτα απ' όλα μπορούμε να αφιερώνουμε όσο το δυνατόν περισσότερο χρόνο σε διαλογισμό. Οι ώρες που αφιερώνουμε στο διαλογισμό είναι ώρες κατά τις οποίες η προσοχή μας προσηλώνεται σ' Εκείνον. Όταν πάλι δε διαλογιζόμαστε, θα πρέπει να θυμόμαστε τον Κύριο. Θα πρέπει να λαχταράμε να Τον συναντήσουμε κάθε στιγμή της ζωής μας. Αν και ζούμε μέσα στον κόσμο και επιτελούμε τα εγκόσμια καθήκοντά μας, θα πρέπει να κρατάμε την προσοχή μας εστιασμένη σ' Εκείνον. Αν το κάνουμε, τότε όλα τα λόγια και οι πράξεις μας θα διέπονται από τις ιδιότητες που Αυτός θέλει. Αν στρέψουμε το πρόσωπό μας προς το Φως Του, θα είμαστε ποτισμένοι με την Αγάπη και τη συμπόνιά Του. Οι ιδιότητές του θα πλημμυρίζουν την ύπαρξή μας και θα ενεργούμε σαν δικά Του παιδιά. Θα είμαστε οι αληθινοί εκπρόσωποι του Κυρίου και θα πλημμυρίζουμε από Αγάπη, ταπεινότητα, αλτρουισμό και συμπόνια.

Κάθε φορά που αντιμετωπίζουμε ένα πρόβλημα, είτε αυτό αφορά κάποιο πρόσωπο είτε κάποιο γεγονός, θα πρέπει να ενεργούμε σύμφωνα με τις ηθικές αρχές. Μπορούμε να επιλέγουμε να είμαστε θυμωμένοι ή να επιλέγουμε να ακτινοβολούμε Αγάπη. Μπορούμε να επιλέγουμε να αγνοούμε τις εκκλήσεις των συνανθρώπων μας για βοήθεια ή μπορούμε να προσφερόμαστε και να παρέχουμε τις υπηρεσίες μας με ανιδιοτέλεια. Μπορούμε να είμαστε αγενείς ή μπορούμε να είμαστε ευγενικοί. Η επιλογή βρίσκεται στα χέρια μας. Αν επιλέξουμε να ενεργούμε με εμπάθεια και θυμό, επιλέγουμε το κανάλι του

κόσμου. Αν επιλέξουμε να ενεργούμε με Αγάπη και καλοσύνη, επιλέγουμε το κανάλι του Θείου Φωτός.

Αν ενεργούμε με Αγάπη και σύμφωνα με τις Θείες αρετές, Εκείνος θα είναι τόσο ευχαριστημένος μαζί μας, ώστε δε θα χρειαστεί να καταβάλουμε καμιά ιδιαίτερη προσπάθεια για να Τον φτάσουμε. Θα έρθει ο Ίδιος εδώ κάτω, για να μας ανυψώσει στο επίπεδο Του. Γι' αυτό το λόγο ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ είπε: «*Είναι δύσκολο να γίνουμε άνθρωποι, με την αληθινή σημασία της λέξης. Αλλά μιας και γίνουμε, δεν είναι δύσκολο να βρούμε το Θεό*». Ο Θεός αναζητά "αληθινούς" ανθρώπους. Ο Θεός αναζητά κάποιον που να Τον αγαπάει. Ο τρόπος που αποδεικνύουμε ότι Τον αγαπάμε είναι με το να αγαπάμε τους συνανθρώπους μας. Αυτός με απλά λόγια είναι ο νόμος της Αγάπης και του Φωτός.

Ας εναρμονιστούμε λοιπόν από σήμερα με το Φως κι ας συντονιστούμε με το Θεό. Ας εισπράξουμε την Αγάπη και το Φως που ο Ίδιος εκπέμπει σ' εμάς. Ας επιτρέψουμε σ' αυτό το Φως και την Αγάπη να διαποτίσει την ύπαρξή μας και να αντανακλάται μέσα από τις πράξεις μας. Αν το κάνουμε, θα δούμε τη ζωή μας να πλημμυρίζει από ηρεμία, αγάπη και αρμονία και το Βασίλειο της Αγάπης, το Βασίλειο των Ουρανών θα κατέβει εδώ κάτω στη γη.



12. Ηθική διαβίωση και το Ημερολόγιο Ενδοσκόπησης

Σε όλα τα εργαστήρια όπου κατασκευάζονται ηλεκτρονικοί υπολογιστές υπάρχουν ειδικά διαμορφωμένοι χώροι, στους οποίους συναρμολογούνται ορισμένα από τα εξαρτήματά τους. Τα εξαρτήματα αυτά συνήθως είναι τόσο μικρά και ευαίσθητα, ώστε ακόμα κι αν ένα μικρό μόριο σκόνης επικαθίσει στην επιφάνειά τους, αυτά δε θα λειτουργήσουν όπως πρέπει. Για να εμποδίσουν λοιπόν τα μόρια της σκόνης να χαλάσουν τα μικροεξαρτήματα των ηλεκτρονικών υπολογιστών, οι εργασίες κατασκευής και συναρμολόγησής τους γίνονται σε απομονωμένους και ειδικά καθαρούς χώρους κι όσοι εργάζονται σ᾽ αυτούς είναι υποχρεωμένοι να φοράνε μάσκες και γάντια, για να αποφευχθεί το ενδεχόμενο της ρύπανσης των εξαρτημάτων από ανθρώπινα βιολογικά μόρια.

Στο χώρο της ιατρικής, όταν κάποιος πάσχει από κάποια μολυσματική νόσο, λαμβάνονται μέτρα, ώστε τα μικρόβια να μη μεταδοθούν και σε άλλους. Υπάρχουν ορισμένες ασθένειες όπου η μετάδοση ακόμα και μερικών βακίλων μπορεί να αποβεί μοιραία για τη ζωή. Έτσι λοιπόν η φροντίδα που επιδεικνύουμε για την προστασία του σώματός μας και τα μέτρα που λαμβάνουμε στη παραγωγή οργάνων υψηλής τεχνολογίας μου θυμίζει τα μέτρα που οφείλουμε να πάρουμε για να φροντίσουμε την ψυχή μας.

Ο πραγματικός μας εαυτός είναι η ψυχή, όμως εμείς πιστεύουμε ότι είμαστε ένα φυσικό σώμα, που γεννήθηκε σε μια συγκεκριμένη ημερομηνία και θα παραμείνει πάνω στη γη μέχρι το θάνατό μας. Αλλά ο πραγματικός μας εαυτός υπήρχε πολύ πριν την ημερομηνία της γέννησής μας και θα συνεχίσει να υπάρχει και μετά το φυσικό μας τέλος. Έχει ιδιαίτερη σημασία να φροντίζουμε το φυσικό μας σώμα, προκειμένου να λειτουργούμε αποτελεσματικά μέσα στον κόσμο. Οφείλουμε να είμαστε υγιείς. Είναι επίσης σημαντικό να αναπτύξουμε το νου μας, έτσι ώστε να είμαστε ικανοί να εκτελούμε τις εργα-

σίες μας με παραγωγικό και αποτελεσματικό τρόπο. Το σώμα και ο νους θα είναι μαζί μας μόνο κατά τη διάρκεια μιας ζωής εξήντα, εβδομήντα ή εκατό χρόνων. Όμως εκείνο που ζει αιώνια είναι η ψυχή μας και η μοίρα της είναι προκαθορισμένη για πολλές ζωές και πολλούς αιώνες. Είναι αναγκαίο λοιπόν να καταλάβουμε, το πώς μπορούμε να συντονιστούμε με την ψυχή μας και να ενδιαφερθούμε για την κατάστασή της, έτσι ώστε να μπορέσουμε να αποκτήσουμε Πνευματική συνειδητότητα.

Η επίδραση της σκέψης στο διαλογισμό

Την ώρα του διαλογισμού, όσο η προσοχή μας είναι στραμμένη προς τα έξω, στο περιβάλλον μας, και υπάρχει μία συνεχής ροή σκέψεων προς αυτό, δεν μπορούμε να αποσύρουμε το αισθητηριακό μας ρεύμα, την ψυχή μας δηλαδή, από το σώμα μας και να τη συγκεντρώσουμε στην έδρα της, στον Τρίτο Οφθαλμό. Όμως για να καταφέρουμε να έρθουμε σε επαφή με το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο στο διαλογισμό, απαιτείται αυτοσυγκέντρωση που σημαίνει συγκέντρωση της προσοχής μας στην Έδρα της Ψυχής. Όμως αν προσπαθήσουμε να διαλογιστούμε, ακόμα και για λίγα λεπτά, θα διαπιστώσουμε ότι οι σκέψεις, αποσπούν την προσοχή μας. Αρχίζουμε να θυμόμαστε τι είπαμε και τι κάναμε και τα λόγια που ανταλλάξαμε με άλλους ανθρώπους. Αρχίζουμε να αναμασάμε το παρελθόν και να ανησυχούμε για το μέλλον. Ο νους, μάς κρατάει απασχολημένους σε μια διαρκή ροή σκέψεων και ιδεών, οι οποίες μας εμποδίζουν να αυτοσυγκεντρωθούμε. Ο διαλογισμός απαιτεί ηρεμία και ισορροπία του νου. Η επιτυχία στην απόκτηση Πνευματικής συνειδητότητας εξαρτάται κατά κύριο λόγο από την ικανότητά μας να ακινητοποιούμε το νου στη διάρκεια του διαλογισμού.

Οτιδήποτε σκεφτόμαστε, λέμε και κάνουμε στην καθημερινή μας ζωή έχει καθοριστικό αντίκτυπο στην κατάσταση

του νου μας όταν διαλογιζόμαστε. Αυτό γίνεται φανερό αν συγκρίνουμε την κατάσταση του νου μας μετά από μια θαυμάσια και ήρεμη μέρα που περάσαμε με τους αγαπημένους μας, με μια μέρα γεμάτη διαφωνίες με το διευθυντή μας στη δουλειά. Όταν η μέρα μας κυλάει ήρεμα, είναι πολύ εύκολο να ακινητοποιήσουμε το νου μας την ώρα της αυτοσυγκέντρωσης. Όταν όμως είμαστε ταραγμένοι και γεμάτοι προβλήματα, απαιτείται τεράστια προσπάθεια για να τα ξεχάσουμε και να καθίσουμε με ηρεμία και ησυχία για διαλογισμό.

Έτσι βλέπουμε ότι το κλειδί για την απόκτηση πνευματικής συνειδητότητας είναι να ζούμε με τέτοιο τρόπο, ώστε να διατηρούμε διαρκώς την ηρεμία και την ισορροπία του νου μας. Μόλις μάθουμε αυτήν την τεχνική, θα είμαστε σε θέση να εκπαιδεύσουμε το νου μας να κάθεται ακινητοποιημένος στον Τρίτο Οφθαλμό, απαραίτητη προϋπόθεση για να μπούμε στα Πνευματικά βασίλεια.

Η ψυχή μας δεν μπορεί να εισέλθει στα Πνευματικά βασίλεια, εφόσον δεν έχει απαλλαγθεί απ' όλες τις ακαθαρσίες που τη ρυπαίνουν. Αυτός είναι ένας γνωστός και απαράβατος νόμος. Αν ο νους που τη συνοδεύει είναι μολυσμένος με αρνητικές σκέψεις, την ώρα που καθόμαστε σε διαλογισμό, δε μπορεί να ακινητοποιηθεί για να έχουμε πλήρη και σταθερή συγκέντρωση, ώστε να κατορθώσουμε να ταξιδέψουμε στα ανώτερα βασίλεια, πάνω στο Φως και τον Ήχο.

Να γιατί όλοι οι άγιοι και οι μύστες μέσα στους αιώνες έχουν τονίσει την αξία της ηθικής διαβίωσης. Η καλλιέργεια των ευγενών αρετών μας οδηγεί στην αρχέγονη κατάσταση της ψυχής, τότε που εκείνη ήταν ένα, με το Θεό, τότε που ήταν αγνό πνεύμα, αγνή Αγάπη και αγνή συνειδητότητα.

Αν αναλύσουμε τον εαυτό μας, θα διαπιστώσουμε ότι η ψυχή μας είναι σκεπασμένη από ένα παχύ στρώμα από ακαθαρσίες, που τις έχουν προκαλέσει οι αμέτρητες σκέψεις, τα λόγια και οι πράξεις που συσσωρεύουμε στις διάφορες ζωές μας. Εκείνο που οι φωτισμένες ψυχές διδάσκουν στην ανθρωπότητα είναι το πώς να αλλάξει τις αρνητικές της συνήθειες,

έτσι ώστε η ψυχή να καταφέρει να φτάσει σε μια κατάσταση γαλήνης και αγνών σκέψεων, που είναι απαραίτητη για να μπορέσει να στεφτεί με επιτυχία η πνευματική της αναζήτηση.

Οι άγιοι, που έχουν απελευθερωθεί από τα δίχτυα του νου, της ύλης και της απατηλότητας, γνωρίζουν τη διαδρομή μέσα από τις ύπουλες θάλασσες και είναι σε θέση να μας καθοδηγήσουν, έτσι ώστε κι εμείς να φτάσουμε με ασφάλεια μέχρι το τέλος του ταξιδιού μας.

Για να ενωθεί η ψυχή μας ξανά με το Θεό, χρειάζεται να απελευθερωθεί απ' ό,τι δεν είναι πνευματικό, απ' ό,τι δεν είναι συνειδητότητα, απ' ό,τι δεν είναι Αγάπη.

Η είσοδος στα Πνευματικά βασίλεια είναι ελεύθερη μόνο σ' εκείνους που έχουν αγνή ψυχή. Στον κόσμο που ζούμε, για να μπούμε σε μια σχολή ή να εργαστούμε σε κάποιο τομέα, είναι απαραίτητο να διαθέτουμε τα ανάλογα προσόντα. Αντίστοιχα, και ο Θεός έχει θεσπίσει ορισμένες προϋποθέσεις για να επιστρέψουν οι ψυχές στο βασίλειό Του. Η βασική προϋπόθεση είναι ότι η ψυχή πρέπει να είναι καθαρή, χωρίς ίχνος αρνητικότητας. Έτσι καθώς είμαστε σκεπασμένοι με αρνητικές εντυπώσεις αιώνων, πώς μπορούμε ποτέ να ελπίζουμε ότι μπορούμε να επιστρέψουμε κοντά Του;

Το Ημερολόγιο Ενδοσκόπησης

Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ για να μας βοηθήσει να πετύχουμε το στόχο της εξάγνισης της ψυχής μας, επινόησε το «Ημερολόγιο Αυτοενδοσκόπησης». Το ημερολόγιο αυτό είναι ένα φύλλο χαρτί του οποίου η μπροστινή του σελίδα περιλαμβάνει στήλες στις οποίες αναγράφονται οι αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας, της ταπεινοφροσύνης και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Δουλειά μας είναι να καταγράφουμε κάθε βράδυ στις αντίστοιχες στήλες του ημερολογίου, τα σφάλματά μας στη σκέψη, στο λόγο και την πράξη. Κάθε φορά που καταγράφουμε ένα σφάλμα, είναι σαν να καταγράφουμε ένα χρέ-

ος ή μια απώλεια, που "λερώνει" την ψυχή μας. Κάθε φορά που σκεφτόμαστε λέμε ή κάνουμε κάτι άσχημο, ικανοποιούμε την επιθυμία του νου αλλά αποτρέπουμε την Πνευματική μας πρόοδο. Ακόμα, κάθε φορά που κάνουμε ένα λάθος, ελαττώνουμε τις πιθανότητες να κάνουμε σωστό διαλογισμό. Αυτό συμβαίνει γιατί τα σφάλματα που καταγράφονται στις στήλες του ημερολογίου, αντιπροσωπεύουν την εξουσία που ασκεί πάνω μας, στην ψυχή μας δηλαδή, ο νους. Σημαίνει ότι κάτι θα στριφογυρνάει συνέχεια στο μυαλό μας όταν προσπαθούμε να διαλογιστούμε και αυτό θα δυσκολεύει την αυτοσυγκέντρωσή μας. Ας δούμε στη συνέχεια με περισσότερες λεπτομέρειες πώς αυτό το ημερολόγιο λειτουργεί.

Αν κάνουμε ένα σφάλμα στη "μη βία", αυτό σημαίνει ότι σκεφτόμαστε άσχημα για κάποιον ή επιθυμούμε το κακό του. Η σκέψη αυτή θα τριγυρνάει όλη τη μέρα συνέχεια στο μυαλό μας και ενδέχεται να ξεφυτρώσει ξανά στο διαλογισμό μας, με αποτέλεσμα να διαταραχθεί η αυτοσυγκέντρωσή μας και η ακινητοποίηση του νου. Αντίστοιχα, αν πούμε ένα ψέμα ή μπλέξουμε σε ανέντιμες δραστηριότητες, τότε θα ζούμε με το φόβο μήπως κάποιος το ανακαλύψει. Μπορεί να ανησυχούμε γι᾽ αυτό όλη τη μέρα, ακόμη και στη διάρκεια του διαλογισμού. Αν κάνουμε λάγνες σκέψεις ή τρέφουμε ενδόμυχα εγκόσμιες επιθυμίες, κι αυτές επίσης θα διαταράξουν το διαλογισμό μας. Αν έχουμε καταγράψει κάποιο σφάλμα στη στήλη της ταπεινοφροσύνης, αυτό οφείλεται στην έπαρση, τον εγωισμό και την αλαζονεία που μας διακατέχει όλη μέρα. Μπορεί να υποφέρουμε από περηφάνια γνώσης, περηφάνια πλούτου ή περηφάνια δύναμης. Σε καθεμιά απ᾽ αυτές τις περιπτώσεις σκεφτόμαστε πάντοτε πόσο καλύτεροι είμαστε από τον έναν ή τον άλλον και συνεχώς δολοπλοκούμε, αναζητώντας διαρκώς τρόπους να διατηρήσουμε τη θέση υπεροχής μας. Κι αυτές οι σκέψεις θα επιμένουν στη διάρκεια του διαλογισμού μας. Όσον αφορά την ανιδιοτελή προσφορά, αν, παρόλο που έχουμε την ευκαιρία να βοηθήσουμε κάποιον, εμείς κλείσουμε τα αφτιά μας στις κραυγές του, αυτή μας η παράλειψη θα βαραίνει την καρδιά

μας και δεν θα μας αφήνει να ηρεμήσουμε.

Η ανιδιοτελής προσφορά, μας βοηθάει να κρατάμε το νου μας στραμμένο στο Θεό και στον Πνευματικό μας στόχο. Αν ανιδιοτελώς προσφέρουμε τη βοήθειά μας στους άλλους, ο εαυτός μας διευρύνεται και η καρδιά μας μεγεθύνεται. Τότε ο Διδάσκαλος θα είναι πολύ ευχαριστημένος μαζί μας και θα δώσει ώθηση στο διαλογισμό μας. Αν δεν αφιερώνουμε χρόνο σε ανιδιοτελή προσφορά υπηρεσιών, αυτό σημαίνει ότι τον σπαταλάμε σε εγκόσμιες δραστηριότητες και φιλοδοξίες ή ότι κάνουμε αρνητικές σκέψεις για τους άλλους. Η ανιδιοτελής προσφορά είναι ένα προστατευτικό δίχτυ που μας εμποδίζει να πέφτουμε στις παγίδες του νου, που με τη σειρά τους δυσχεραίνουν την αποτελεσματικότητα του διαλογισμού μας. Όπως θα μπορέσετε να αντιληφθείτε και μόνοι σας, όσο περισσότερα σημάδια ή αριθμούς έχετε σημειώσει στο μπροστινό μέρος του ημερολογίου αυτοελέγχου σας, κατά τη διάρκεια της ημέρας, τόσο πιο δύσκολο θα είναι να ακινητοποιήσετε το νου σας την ώρα του διαλογισμού το βράδυ. Όσα λιγότερα σφάλματα καταγράφουμε στις διάφορες στήλες του ημερολογίου, τόσο περισσότερο ο νους μας θα είναι ελεύθερος, ήρεμος και ακίνητος, με συνέπεια να έχουμε τη δυνατότητα να διαλογιστούμε με επιτυχία και το τελικό αποτέλεσμα θα είναι η αύξηση των Εσωτερικών μας εμπειριών.

Οδηγίες για τη συμπλήρωση του Ημερολογίου Ενδοσκόπησης

Ο Σαντ Κιρπάλ μάς ζητούσε στο τέλος κάθε μέρας να καταγράφουμε στις στήλες του ημερολογίου αυτοελέγχου, πόσα λάθη έχουμε κάνει. Όταν μπορέσουμε να εντοπίσουμε τα λάθη μας, θα δούμε ότι, αυτόματα, την επόμενη μέρα θα προσπαθήσουμε να τα πάμε καλύτερα. Στο τέλος της ημέρας επομένως θα πρέπει να ξαναφέρνουμε στο νου μας τα γεγονότα που διαδραματίστηκαν σε όλη τη διάρκειά της. Εάν επαναφέρουμε

στη μνήμη μας τι αρνητικό κάναμε, θα αποκομίσουμε πολλά οφέλη, γιατί αυτό θα μας βοηθήσει να συνειδητοποιήσουμε τι πραγματικά έχει συμβεί κατά τη διάρκεια της ημέρας. Συνήθως η ζωή μας κυλάει χωρίς ποτέ να σταθούμε και να σκεφτούμε πού βρισκόμαστε, πού θέλουμε να πάμε και πού θα οδηγηθούμε στο μέλλον. Όμως είναι πάντοτε ωφέλιμο να αναλογιζόμαστε τι έχει συμβεί στη ζωή μας, γιατί σε αντίθετη περίπτωση θα συνεχίσουμε να ζούμε χωρίς συγκεκριμένο στόχο και προορισμό. Επομένως και μόνο το να καθίσουμε και να αναλογιστούμε τι έχει συμβεί στη ζωή μας, θα έχει ευεργετικά αποτελέσματα προς αυτήν την κατεύθυνση.

Έτσι λοιπόν, φέρνουμε στο μυαλό όλες τις σκέψεις και τα γεγονότα της ημέρας, ώστε να ξεκαθαρίσουμε ποια είναι τα σημεία στα οποία σφάλαμε. Εφόσον ενδιαφερόμαστε να βοηθήσουμε τον εαυτό μας, θα πρέπει να αναγνωρίσουμε ότι έχουμε ελαττώματα. Αυτό δεν είναι εύκολο. Όπως κάποιος που πίνει πολύ δεν πιστεύει ότι το ποτό τού δημιουργεί προβλήματα, έτσι κι εμείς, πολύ δύσκολα θα αναγνωρίσουμε και θα παραδεχτούμε ότι έχουμε κάποιο πρόβλημα που εμποδίζει την Πνευματική μας πρόοδο. Ο καθένας νομίζει πως ό,τι κάνει είναι σωστό και πολύ δύσκολα παραδέχεται ότι κάπου έσφαλε ή ακόμα ότι κάνει πράγματα επιβλαβή και ανάρμοστα για την επίτευξη των στόχων του στη ζωή. Έτσι καθώς θα συνειδητοποιούμε την ουσία αυτών που κάναμε στη διάρκεια της ημέρας, θα ανακαλύπτουμε ότι έχουμε ατέλειες στο χαρακτήρα μας και ότι υπάρχουν πολλοί τομείς στους οποίους καθημερινά σφάλλουμε. Όταν όμως ελέγχουμε κάθε βράδυ τη συμπεριφορά και τη διαγωγή μας, θα μπορέσουμε να αντιληφθούμε ποιες είναι οι αδυναμίες του χαρακτήρα μας.

Το πρώτο βήμα επομένως, για να συνειδητοποιήσουμε πού έχουμε πρόβλημα, είναι ο έλεγχος των σκέψεων και των πράξεών μας με τη χρήση του ημερολόγιου αυτοενδοσκόπησης. Όταν έχουμε εντοπίσει τον τομέα όπου υπάρχει το πρόβλημα, η τήρηση του ημερολογίου θα μάς βοηθάει ακόμα να δούμε ότι το ίδιο πρόβλημα δεν εμφανίζεται μόνο μια φορά

αλλά ότι επαναλαμβάνεται και ότι κάνουμε τα ίδια λάθη ξανά και ξανά. Αυτός είναι άλλωστε και ο λόγος για τον οποίο μας ζητείται να καταγράφουμε καθημερινά τον αριθμό των λαθών μας. Με αυτό τον τρόπο δε θα αντιλαμβανόμαστε μόνον ότι κάνουμε κάποιο λάθος αλλά θα βλέπουμε και πόσες φορές το κάνουμε στη διάρκεια της ημέρας. Επισημαίνεται δηλαδή το γεγονός ότι εξακολουθούμε, με συνεχή και επαναληπτικό τρόπο, να κάνουμε τα ίδια λάθη, χωρίς καν να το αντιλαμβανόμαστε. Όταν όμως καταγράφουμε τον αριθμό των σφαλμάτων μας, τότε αρχίζουμε να εστιάζουμε την προσοχή μας στο πρόβλημά μας.

Ο Σαντ Κιρπάλ έλεγε ότι, όταν συμπληρώνουμε το ημερολόγιο, θα πρέπει να σκεφτόμαστε ότι ο Θεός είναι δίπλα μας. Έτσι δε θα πούμε ψέματα για να φανούμε καλοί, γιατί τότε, τον μόνο που κοροϊδεύουμε είναι τον εαυτό μας. Πρέπει να συμπληρώνουμε το ημερολόγιο σωστά και με ακρίβεια, γιατί μόνον ο σωστός τρόπος συμπλήρωσης του ημερολογίου θα μας βοηθήσει.

Μερικές φορές, όταν αρχίζουμε να κρατάμε το ημερολόγιό μας, στο τέλος της ημέρας, νομίζουμε ότι δε θυμόμαστε τίποτα απ᾽ όλα όσα έχουμε κάνει. Προσπαθούμε τότε να μαντέψουμε τι έχει συμβεί. Η λύση σ᾽ αυτήν τη δυσκολία είναι να έχουμε μαζί μας ένα κομμάτι χαρτί κι αν όχι στο τέλος της ημέρας, τουλάχιστον τρεις ή τέσσερις φορές στη διάρκειά της, να ελέγχουμε τον εαυτό μας κατά τακτά χρονικά διαστήματα και να καταγράφουμε τα λάθη και τις παραλείψεις μας. Έτσι, σταδιακά θα μας γίνει συνήθεια να θυμόμαστε τι κάναμε κι αργότερα θα μπορούμε μια φορά το βράδυ να θυμόμαστε τι έγινε σε όλη τη διάρκεια του εικοσιτετραώρου. Επίσης, δεν έχει τόση σημασία να θυμηθούμε αν κάναμε ακριβώς 11, 12 ή 13 φορές το ίδιο λάθος, όση σημασία έχει να αναγνωρίσουμε τη ροπή του νου μας να τείνει στο να επαναλαμβάνει το ίδιο λάθος. Δεν πειράζει αν προσθέσουμε ή αφαιρέσουμε κάποιο λάθος στις διάφορες στήλες, όταν ο αριθμός των παραπτωμάτων μας είναι μεγάλος. Αντίθετα, αν τα λάθη μας είναι λίγα,

ένα ή δύο, πρέπει να είμαστε πολύ προσεκτικοί. Ο αριθμός από τα λάθη συμπληρώνεται για να δούμε προς ποια κατεύθυνση κινούμαστε.

Πρέπει να συνειδητοποιήσουμε σε ποιους τομείς της ζωής μας παρουσιάζουμε αδυναμίες. Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ έλεγε ότι θα πρέπει να εξετάζουμε έναν τομέα κάθε φορά κι εκεί να επικεντρώνουμε την προσοχή μας. Ας μη νομίζουμε ότι μπορούμε να διορθώσουμε όλα τα λάθη μας μεμιάς. Ας μη φανταστούμε ότι οι ατέλειές μας θα φύγουν αμέσως. Ας αντιληφθούμε ότι αυτά τα προβλήματα τα αποκτήσαμε με την πάροδο του χρόνου και ότι πέρασε καιρός μέχρι να φτάσουμε στην κατάσταση όπου είμαστε τώρα. Επομένως, για να φτάσουμε να μην έχουμε πλέον ατέλειες, θα απαιτηθεί χρόνος. «*Η Ρώμη δε χτίστηκε σε μια μέρα*», έλεγε ο Διδάσκαλος Κιρπάλ. Δε θα μας βοηθήσει να πιστεύουμε ότι, μόλις δούμε τα ελαττώματά μας στο ημερολόγιο, αυτά θα εξαφανιστούν αμέσως. Πρέπει να τα εξετάζουμε ένα-ένα και κάθε φορά να επικεντρωνόμαστε τελείως σε ένα απ᾽ αυτά, εστιάζοντας τις προσπάθειές μας στα γνωρίσματα του χαρακτήρα μας που θέλουμε να διορθώσουμε. Ο Σαντ Κιρπάλ έλεγε ακόμα ότι θα πρέπει να εστιάζουμε την προσοχή μας σε έναν τομέα του ημερολογίου κι εκεί να προσπαθούμε να τελειοποιηθούμε. Με αυτόν τον τρόπο, σταδιακά, θα ξεριζώσουμε όλες τις ατέλειες που κρύβουμε μέσα μας και, όσο αυτή η διαδικασία θα εξελίσσεται, θα διαπιστώνουμε ότι η ζωή μας θα γίνεται πιο αρμονική, πιο ήρεμη και αυτόματα θα πλημμυρίζει από Αγάπη.

Μόλις εστιάσουμε την προσοχή μας στους τομείς όπου έχουμε ελαττώματα και αδυναμίες, θα ξεκινήσουμε τον αγώνα να τα διορθώσουμε. Μόνον εφόσον παραδεχτούμε με ειλικρίνεια ότι κάνουμε λάθη, θα προσπαθήσουμε να τα ξεπεράσουμε. Αν όμως δεν αναγνωρίζουμε ότι έχουμε κάποιο ελάττωμα, τότε δε θα είμαστε σε θέση και να το διορθώσουμε. Μόλις συνειδητοποιήσουμε ότι κρύβουμε μέσα μας πολλές αδυναμίες, μόνον τότε θα μπορέσουμε να βρούμε τις λύσεις. Τότε και καθώς θα αγωνιζόμαστε να ξεπεράσουμε τα προβλήματα του

χαρακτήρα μας, θα ανακαλύπτουμε ότι ένα προς ένα αυτά, θα αρχίσουν σταδιακά να υποχωρούν.

Το να συμπληρώνουμε το ημερολόγιο είναι πολύ αναγκαίο και χρήσιμο. Οφείλουμε όμως να το συμπληρώνουμε σωστά, για να μπορέσουμε να ξεριζώσουμε τις αδυναμίες μας με συστηματικό τρόπο. Αυτό θα μας προσφέρει ανυπολόγιστη βοήθεια στην προσπάθειά μας να κατακτήσουμε τα Πνευματικά ιδανικά μας. Όσο λοιπόν θα γινόμαστε άνθρωποι με τα χαρίσματα που ο Θεός επιθυμεί να έχουμε, θα διαπιστώνουμε ότι δεν είναι και τόσο δύσκολο να Τον βρούμε.

Ας εργαστούμε λοιπόν με βάση το ημερολόγιό μας. Κάποιες φορές στην αρχή μπορεί να μοιάζει μονότονο ή δύσκολο. Αλλά, αν το συμπληρώνουμε συστηματικά, είναι βέβαιο ότι θα ωφεληθούμε. Σκοπός του ημερολογίου είναι να βοηθήσει τον καθένα μας να προοδεύσει πνευματικά. Αν το συμπληρώνουμε, θα έχουμε τη βοήθειά Του. Αν όχι, εμείς θα χάσουμε. Με τη συμπλήρωση του ημερολογίου αποκομίζουμε πολλά οφέλη στην προσπάθειά μας να εξελιχθούμε πνευματικά.

Ο διαλογισμός έχει τη δύναμη να μεταμορφώνει

Ο χρόνος που αφιερώνουμε στο διαλογισμό και στην καλλιέργεια των ηθικών αρετών ανήκει στη σφαίρα των ελεύθερων επιλογών μας. Αν αφιερώνουμε χρόνο σε διαλογισμό, προστατεύουμε την ψυχή μας από τα βάρη του καινούριου κάρμα. Είναι ωστόσο σημαντικό να καταλάβουμε ότι ο διαλογισμός και η ηθική διαβίωση είναι σκαλοπάτια προς το Βασίλειο του Θεού. Οι ηθικές αρετές, αν και χρήσιμες και απαραίτητες από μόνες τους, δεν είναι παρά βήματα προς τον Κύριο. Δεν είναι ο πρωταρχικός μας στόχος και δεν πρέπει να μας γίνουν αυτοσκοπός. Είναι απλώς βοηθητικοί παράγοντες, που μας οδηγούν σε μια κατάσταση η οποία μας επιτρέπει να διεισδύσουμε στις Εσωτερικές, πνευματικές περιοχές. Είναι βασική προϋπόθεση για να έχουμε αποτελέσματα με το διαλογισμό μας.

Το Φως και ο Ήχος του Θεού είναι ένας χείμαρρος Αγάπης. Όταν διαλογιζόμαστε, η αγάπη του Θεού συγκινεί την ψυχή μας, μπολιάζει την ύπαρξή μας και μάς λούζει με ανείπωτη χαρά και ευδαιμονία. Η επαφή με αυτήν τη δύναμη μάς προκαλεί αγαλλίαση και μάς μετατρέπει σε αυτό που είναι η Ίδια, με αποτέλεσμα να νιώθουμε περισσότερη Αγάπη. Αναπτύσσουμε γλυκύτητα και καλοσύνη, που εκπέμπονται μέσ᾽ απ᾽ την ίδια την ψυχή μας προς το συνάνθρωπό μας και ολόκληρη τη Δημιουργία. Όταν βρεθούμε σε μια τέτοια κατάσταση, δε θα εντρυφούμε στα πάθη που λερώνουν την ψυχή. Η καρδιά μας θα πλημμυρίζει από Αγάπη και δε θα μπορούμε να πληγώσουμε ή να βλάψουμε κανέναν. Θα μπορούμε να προφέρουμε μόνον καλά λόγια και να κάνουμε μόνον καλές πράξεις. Θα είμαιστε πιο ήρεμοι και λιγότερο οξύθυμοι. Θα είμαστε γλυκομίλητοι, τρυφεροί και ταπεινοί. Όπως έλεγε και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ:

«Όταν είμαστε χαμένοι
μέσα στην Αγάπη του Πολυαγαπημένου μας, πού να βρεθεί
χρόνος να σκεφτούμε τους άλλους;
πού να βρεθεί χρόνος για κουτσομπολιό ή κριτική;»

Όταν η καρδιά και η ψυχή μας χάνεται μέσα στην Αγάπη του Δημιουργού, η ζωή μας γίνεται πιο πνευματική και πιο θεία. Ο καθημερινός διαλογισμός μάς βοηθάει να εξουδετερώσουμε τις αρνητικές επιδράσεις και τις κακές εντυπώσεις που προσλαμβάνουμε κατά τη διάρκεια της καθημερινής, εγκόσμιας ζωής μας. Η έλξη του κόσμου είναι πολύ ισχυρή και χρειαζόμαστε κάθε δυνατή βοήθεια, ώστε να συνεχίσουμε να κινούμαστε απερίσπαστοι προς την επίτευξη του στόχου μας. Η ψυχή μας, που είναι ομοούσια με αυτή του Θεού αισθάνεται υπέρτατη ευτυχία στην παρουσία της αγνής συνειδητότητας και έτσι μόλις γευτούμε το νέκταρ του Εσωτερικού Ηχητικού Ρεύματος, θα θέλουμε να λουζόμαστε και να πίνουμε απ᾽ αυτό όλο και πιο πολύ. Αυτό θα στρέψει την προσοχή μας στο στόχο μας, που είναι το ταξίδι προς τις ουράνιες περιοχές. Οι εξωτε-

ρικές απολαύσεις δε θα μας έλκουν πια και θα σωθούμε από τις αρνητικές επιδράσεις που συνοδεύουν κάθε εξωτερικό πειρασμό. Όταν δε θα μας υποδουλώνουν πια οι εγκόσμιες επιθυμίες, θα έχουμε λιγότερο θυμό, λιγότερη απληστία, λιγότερη έπαρση και μικρότερη μανία απόκτησης υλικών αγαθών. Αφού ο στόχος μας είναι να φτάσουμε στους Εσωτερικούς κόσμους, όλες οι αρνητικές συνήθειες που οφείλονται στις εγκόσμιες προσκολλήσεις θα αρχίσουν σιγά-σιγά να μας εγκαταλείπουν.

Όπως αναφέρθηκε, απαραίτητος παράγοντας, για να διαβούμε με επιτυχία το Μονοπάτι της επιστροφής μας στο Θεό, είναι η καλλιέργεια των ηθικών αρετών. Ένας τρόπος να καλλιεργήσουμε τις ηθικές αρετές είναι απλώς να βυθιστούμε στη θάλασσα της Αγάπης και να απορροφηθούμε τόσο πολύ μέσα της, ώστε να μην έχουμε πια το χρόνο ή τη διάθεση να αναπτύξουμε αρνητικές συνήθειες. Θα πρέπει να είμαστε τόσο χαμένοι στην Αγάπη του Θεού, ώστε να μην έχουμε το χρόνο να κρίνουμε κανέναν και να εμπλεκόμαστε σε ασήμαντες φιλονικίες ούτε να έχουμε όρεξη να μαλώνουμε για περιουσίες και οικονομικά οφέλη. Αντί γι᾿ αυτά, το μόνο που θα πρέπει να μας ενδιαφέρει είναι η ένωσή μας με το Θεό και το να αφιερώνουμε το χρόνο μας σε δραστηριότητες που θα επιταχύνουν την επίτευξη αυτού του στόχου.

Ώσπου να φτάσουμε όμως σ᾿ αυτήν την κατάσταση, πρέπει καθημερινά να ξεριζώνουμε σταθερά, μία μία, τις αδυναμίες μας, που βαθμιαία θα αντικαθίστανται από τις θετικές αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Θα ακολουθούμε χορτοφαγική διατροφή και θα αποφεύγουμε τη χρήση ναρκωτικών ουσιών και αλκοολούχων ποτών, που ελαττώνουν τη συνειδητότητά μας και μας αποτρέπουν από το στόχο τού να γίνουμε περισσότερο συνειδητοί. Όσο καιρό εξακολουθούμε να κάνουμε παραβάσεις σ᾿ αυτές τις ηθικές αρχές, "λερώνουμε" την ψυχή μας με όλο και περισσότερες κηλίδες και επιβαρυνόμαστε με όλο και περισσότερο κάρμα. Στο τέλος κάθε μέρας λοιπόν είναι απαραίτητο να αξιολογούμε τις σκέψεις, τα λόγια

και τις πράξεις μας και να συνειδητοποιούμε τις παραβάσεις σε κάθε κατηγορία από τις ηθικές αρχές. Σε λίγο καιρό θα το πάρουμε απόφαση να γινόμαστε κάθε μέρα και καλύτεροι και να εξαλείψουμε τις ατέλειες που μας βαραίνουν.

Εφόσον επιθυμούμε να φτάσουμε στο Θεό στη διάρκεια αυτής μας της ζωής, θα πρέπει να αφιερώνουμε καθημερινά χρόνο σε διαλογισμό. Και αν ακόμα δεν μπορούμε να σβήσουμε το μακρινό παρελθόν μας, μπορούμε όμως να φροντίσουμε για το μέλλον μας. Μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε τη δύναμη της διάκρισής μας και να επιλέγουμε κάθε τι που βοηθάει τη ψυχή μας να φτάσει στο στόχο της, στη διάρκεια αυτής μας της ζωής. Οι Πνευματικοί Ειδήμονες όλων των εποχών, με τη ζωή τους, μας έχουν δώσει ένα πρότυπο για τη δική μας μεταμόρφωση. Σ' εμάς εναπόκειται να κάνουμε το πρώτο βήμα.

Οι αναζητητές του Θεού, ζητούν συχνά πληροφορίες για το διαλογισμό και για το πώς μπορούν να τον κάνουν. Όμως λίγοι συνειδητοποιούν ότι ήδη έχουν πάρει τις οδηγίες για το πώς να διαλογίζονται από τους γονείς τους, στην παιδική τους ηλικία. Μια από τις πιο συχνά επαναλαμβανόμενες εντολές που δίνεται στα παιδιά είναι: «Κάτσε ήσυχος και μη μιλάς». Αυτές οι πέντε λέξεις είναι το κλειδί για το διαλογισμό και είναι βέβαιο ότι τις ακούγαμε συχνά από τους γονείς και τους δασκάλους μας, για μεγάλη χρονική περίοδο κατά τη διάρκεια της παιδικής μας ηλικίας. Αυτές ίσως να είναι οι καλύτερες οδηγίες που θα μπορούσαμε να έχουμε πάρει, γιατί περιέχουν το μυστικό του διαλογισμού. Για να διαλογιστούμε, χρειάζεται μόνο να κάτσουμε κάτω και να μείνουμε ήσυχοι. Η ησυχία μπορεί να εξισωθεί με την ακινησία. Ακινησία του σώματος και του νου.

Διαφορά προσευχής και διαλογισμού

Όταν με ρωτούν για τη διαφορά ανάμεσα στην προσευχή και το διαλογισμό, δίνω μια απλή απάντηση. Προσευχή είναι το να “μιλάμε στο Θεό” και διαλογισμός είναι το να “ακούμε

το Θεό". Ας εξετάσουμε περισσότερο αυτή τη διαφορά.

Στην προσευχή εκφράζουμε την ευχή και την επιθυμία να επέμβει ο Θεός για κάτι. Στρεφόμαστε στο Δημιουργό για να εκπληρωθεί μια παράκλησή μας, όταν για κάποιο λόγο δεν μπορούμε να αποκτήσουμε αυτό που θέλουμε μόνο με τις δικές μας προσπάθειες ή με τη βοήθεια των άλλων. Τότε στρέφουμε την προσοχή μας προς το Θεό, σαν την τελευταία ελπίδα για την εκπλήρωση των επιθυμιών μας.

Υπάρχουν πολλοί τύποι προσευχής. Πολλοί άνθρωποι προσεύχονται στο Θεό για να αποκτήσουν ορισμένα πράγματα. Άλλοι προσεύχονται για να βρουν μια καλή δουλειά. Μερικοί παίρνουν μια καλή θέση και μετά προσεύχονται για να τη διατηρήσουν ή για να προαχθούν. Κάποιοι άλλοι προσεύχονται για οικονομική ανεξαρτησία και απόκτηση μεγάλης περιουσίας. Έπειτα υπάρχουν κι εκείνοι που τους βρίσκει κάποια συμφορά ή κάποια αρρώστια. Αυτοί προσεύχονται στο Θεό να γίνουν καλά. Αν κάποιος που αγαπάμε είναι ετοιμοθάνατος, προσευχόμαστε στο Θεό να γίνει κάποιο θαύμα και να παραταθεί η ζωή του. Πολλοί προσεύχονται στο Θεό να τους προστατεύει να μη πάθουν κανένα κακό ή να μην αρρωστήσουν. Εμείς πριν φύγουμε για ένα μακρινό ταξίδι ή όταν περπατάμε σε κάποιο απόμερο σκοτεινό σοκάκι, στρέφουμε τις σκέψεις μας στο Θεό, για να είναι μαζί μας και να μας προφυλάξει από κάθε κακό ενδεχόμενο. Έχω ακούσει ακόμα κι αυτούς που πάνε στο λούνα παρκ και ανεβαίνουν στον περιστρεφόμενο μύλο ή στο τρενάκι να ουρλιάζουν, καθώς κάνουν κάθετη πτώση, και να ζητούν από το Θεό να τους βοηθήσει.

Μια άλλη ομάδα ανθρώπων προσεύχεται για διανοητικά κατορθώματα. Ζητούν τη βοήθεια του Θεού για να περάσουν τις εξετάσεις και να πάρουν κάποιο δίπλωμα. Ζητάμε από το Θεό να αποκτήσουμε βραβεία και υποτροφίες ή να αναγνωριστούν τα νοητικά μας επιτεύγματα. Βλέπουμε επίσης και κάποιους ανθρώπους να προσεύχονται στο Θεό για μια σχέση. Άλλοι προσεύχονται για έναν καλό σύντροφο στη ζωή τους, άλλοι για ένα υγιές παιδί. Επίσης, προσευχόμαστε το παιδί

μας να είναι κι αυτό έξυπνο ή μεγαλώνοντας να ακολουθήσει πετυχημένη καριέρα. Όταν τα παιδιά μας μεγαλώσουν, προσευχόμαστε να βρουν ένα καλό σύντροφο. Μετά συνεχίζουμε να προσευχόμαστε για τα εγγόνια μας και πιθανόν για τα δισέγγονά μας.

Αν μπορούσαμε να γνωρίζουμε όλες τις προσευχές του κόσμου, θα ανακαλύπταμε ότι η πλειοψηφία τους ανήκει σε κάποια από τις παραπάνω κατηγορίες. Υπάρχει ένα ενδιαφέρον περιστατικό από τη ζωή ενός από τους μεγάλους προέδρους της Αμερικής, του Αβραάμ Λίνκολ. Μια φορά, στη διάρκεια του εμφυλίου πολέμου, όταν οι βόρειες πολιτείες, η "Ένωση" πολεμούσαν με τις νότιες πολιτείες, την "Ομοσπονδία", μια ομάδα πολιτικών συναντήθηκε για κάποιο λόγο με τον Πρόεδρο Λίνκολ στο Λευκό Οίκο και μεταξύ άλλων του είπαν ότι η "Ένωση" κανονικά θα πρέπει να κερδίσει, γιατί ο Θεός ήταν με το μέρος τους. Νόμιζαν ότι η δήλωσή τους θα τον χαροποιούσε, αφού ο Πρόεδρος ήταν επικεφαλής της "Ένωσης". Ο Λίνκολ όμως με τη σοφία που τον διέκρινε τους είπε πολύ σωστά: «Κύριοι, το ερώτημα δεν είναι αν ο Θεός είναι στο πλευρό μας. Το ερώτημα είναι αν εμείς είμαστε στο πλευρό Του».

Συχνά νομίζουμε ότι ο Θεός θα πρέπει να είναι στο πλευρό μας και θα πρέπει να ανταποκριθεί στις προσευχές μας. Πόσοι όμως από μας σκέφτηκαν ποτέ αν εμείς οι ίδιοι είμαστε στο πλευρό του Θεού και ζούμε με τρόπο που να αξίζουμε τη Χάρη και την Αγάπη Του; Πολύ συχνά θέλουμε ο Θεός να ακολουθεί τις δικές μας επιθυμίες. Εμείς όμως ακολουθούμε αυτό που ο Θεός επιθυμεί από εμάς; Οι προσευχές μας πηγάζουν από την επιθυμία να μας βοηθάει ο Θεός να ζούμε έτσι όπως εμείς θέλουμε. Προσευχόμαστε όμως ποτέ να ζούμε σύμφωνα με το θέλημά Του; Προσευχή είναι η με σεβασμό συνομιλία μας με το Θεό, όπου του εκφράζουμε αυτό που θέλουμε να κάνει για μας ή εκείνο που θέλουμε να μας δώσει. Εμείς μιλάμε με την ελπίδα Εκείνος να μας ακούσει.

Από την άλλη πλευρά, υπάρχουν κι εκείνοι που αισθάνονται ότι ο Θεός θα πρέπει να μιλάει κι εμείς απλώς θα πρέπει να

δεχόμαστε οτιδήποτε στέλνει στο δρόμο μας. Ένα παράδειγμα μιας τέτοιας ψυχής είναι μιας Σούφι αγίας του έβδομου μ.Χ. αιώνα, που ονομαζόταν Ράμπια Μπάσρι. Η Ράμπια Μπάσρι ήταν μια φλογερή λάτρης του Θεού, που τη χαρακτήριζε μια απόλυτη αποδοχή και πίστη στο Θέλημά Του. Κάποτε, ένας άντρας πήγε να την επισκεφτεί φορώντας έναν επίδεσμο στο κεφάλι του. «Γιατί φοράς αυτόν τον επίδεσμο και βαρυγκωμάς;» τον ρώτησε. Εκείνος της απάντησε ότι το κεφάλι του, τον πονούσε αφόρητα. Η Μπάσρι τον ξαναρώτησε: «Πόσο καιρό έχεις αυτόν τον πόνο;» «Μια ολόκληρη μέρα», της απάντησε ο άντρας και τότε η Ράμπια Μπάσρι τού είπε ξανά: «Επί σαράντα χρόνια έχεις ζήσει χωρίς ποτέ να νιώσεις πονοκέφαλο και γι' αυτήν τη μία μέρα που πονάς έχεις δέσει το κεφάλι σου και παραπονιέσαι στο Θεό; Γιατί δε φοράς τον επίδεσμο της ευγνωμοσύνης προς το Θεό για τα υπόλοιπα σαράντα χρόνια που δεν είχες πονοκέφαλο;»

Το ίδιο κάνουμε και οι περισσότεροι από εμάς. Στρεφόμαστε στο Θεό μόνον όταν πονάμε ή θέλουμε κάτι. Αντίθετα, δεν Τον σκεφτόμαστε όταν τα πράγματα έρχονται έτσι όπως τα θέλουμε. Η Ράμπια ήταν μια γυναίκα που είχε πάρει τη σταθερή απόφαση να ζήσει τη ζωή της με τέτοιο τρόπο, ώστε να αποδέχεται το οτιδήποτε της συνέβαινε σαν αυτό να είναι το γλυκό Θέλημα του Θεού και προσευχόταν να ζει μόνο σύμφωνα με το θείο Θέλημα. Ήταν διαρκώς απορροφημένη σε διαλογισμό και στο να ακούει το Θεό και να δέχεται οτιδήποτε Εκείνος ήθελε να της στείλει. Είχε φτάσει στην ανώτατη μορφή προσευχής, όπου κάποιος δεν προσεύχεται πια για τίποτα άλλο παρά μόνο να εκπληρωθεί το Θείο Θέλημα. Όπως λέει και η Χριστιανική προσευχή: «Γενηθήτω το Θέλημά Σου», ή με άλλα λόγια: «Ας μη γίνει το δικό μου, αλλά το δικό Σου Θέλημα, ω Κύριε».

Όταν οι άνθρωποι ρωτούσαν το μεγάλο Διδάσκαλο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ για την προσευχή, εκείνος απαντούσε ότι ένας αναζητητής περνάει μέσα από πολλά στάδια προσευχής. Στα αρχικά στάδια της μαθητείας μας, προσευχόμαστε στο Θεό για

τα πάντα. Όταν όμως φτάσουμε στο ανώτατο στάδιο, η προσευχή σταματάει κι εμείς αποδεχόμαστε οτιδήποτε μας στέλνει ο Θεός. Κάθε οπτική γωνία είναι σωστή. Το θέμα είναι απλώς σε ποιο στάδιο βρισκόμαστε στο πνευματικό μας ταξίδι. Το να προσευχόμαστε στο Θεό είναι ένα θετικό βήμα. Όταν κάποιος προσεύχεται στο Θεό, αυτό αποτελεί την αναγνώριση από μέρους του ότι υπάρχει μια δύναμη ανώτερη από αυτόν. Είναι η επίγνωση, ότι δεν είμαστε τόσο μεγάλοι και δυνατοί, ότι αναγνωρίζουμε τις αδυναμίες μας ως άνθρωποι καθώς και το ότι υπάρχει μια ανώτερη δύναμη που μπορεί να μας συνδράμει.

Συχνά, όταν έχουμε τα πάντα ξεχνάμε τον «Δωρητή των πάντων». Μόνον όταν ερχόμαστε αντιμέτωποι με δοκιμασίες, όπως είναι η φτώχεια, ο εξευτελισμός, η αρρώστια κι ο πόνος, σηκώνουμε τα χέρια προς τον Κύριο. Αν έτσι έχουν τα πράγματα, δεν είναι αυτές οι συμφορές μεταμφιεσμένες ευλογίες; Αν αυτές μπορούν να αφυπνίσουν ξανά την αληθινή πραγματικότητα στην ψυχή μας, δεν αξίζει ο πόνος που υπομένουμε; Αν κατευθύνει τα βήματά μας προς τον Ωκεανό της αιώνιας μακαριότητας και ευτυχίας, δεν αξίζει τον κόπο να τον υποστούμε;

Κάθε σύννεφο έχει ένα ασημένιο περίγραμμα και κάθε σκοτεινή νύχτα καταλήγει σε μια ολόφωτη αυγή. Ο Θεός δε θέλει να παραμείνουμε στο σκοτάδι. Δε θέλει να περάσουμε τη ζωή μας μακριά από τη μακαριότητα της Αγάπης Του. Θέλει κάθε ψυχή να βιώσει απέραντη έκσταση. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μόνον όταν η ψυχή ενώνεται ξανά με τον αληθινό της Αγαπημένο και αυτή η επανένωση προκύπτει όταν καθόμαστε γαλήνια και ακούμε με ολόκληρη την ύπαρξή μας τους ψιθύρους του Κυρίου, που μας καλούν να επιστρέψουμε στην Αληθινή μας Πατρίδα. Εμείς όμως πρέπει να πάψουμε να ακούμε την ασταμάτητη φλυαρία του κόσμου και του νου μας. Πρέπει να σταματήσουμε τα ατελείωτα παράπονα και την μεμψιμοιρία, που εκφράζουμε με τις προσευχές μας στον Κύριο προκειμένου να εκπληρώσει τις ατέλειωτες επιθυμίες μας. Όσον καιρό προσευχόμαστε, είμαστε περισσότερο απασχολημένοι

στο να μιλάμε παρά να ακούμε.

Όταν οι προσευχές καταλήγουν σε μια σιωπηλή, αφοσιωμένη λαχτάρα για ένωση, χωρίς λόγια και σκέψεις, έχουμε φτάσει στην ανώτατη μορφή προσευχής, που είναι ο διαλογισμός. Όταν καθόμαστε ακίνητοι και κρατάμε το νου μας ακίνητο, έχουμε ανακαλύψει το κλειδί του διαλογισμού. Σ' αυτήν την κατάσταση διαλογισμού όλες οι προσευχές, μας βρίσκουν απάντηση. Γιατί, ποιο είναι τελικά εκείνο για το οποίο όλοι προσευχόμαστε; Το τελικό ζητούμενο όλων των προσευχών μας είναι η ευτυχία, η γαλήνη και η μακαριότητα. Και μπορεί να πιστεύουμε ότι με το να προσευχόμαστε για ένα αυτοκίνητο, ένα σπίτι, ένα σύντροφο ή για πλούτη, θα αποκτήσουμε ευτυχία αλλά η ευτυχία που νομίζουμε ότι αυτά θα μας φέρουν είναι μια χίμαιρα! Πιστεύουμε ότι στις εγκόσμιες κατακτήσεις κρύβεται η απάντηση στην απόκτηση ευτυχίας. Όμως όλα αυτά είναι ψευδαισθήσεις. Η ευτυχία όμως που αναζητάμε στις εγκόσμιες κατακτήσεις δεν είναι πραγματική. Μόνο μέσω του διαλογισμού μπορούμε να αποκτήσουμε διαρκή μακαριότητα και να πλημμυρίσουμε με θεία Αγάπη, γαλήνη και χαρά. Σ' αυτή την κατάσταση, τι περισσότερο μπορεί να προσφέρει η προσευχή; Με το διαλογισμό η ευτυχία που αναζητούμε στον εξωτερικό κόσμο είναι εφικτή. Έχουμε τα πάντα και δε ζητάμε τίποτα άλλο πια. Είναι χίμαιρα το να αναζητάμε την ευτυχία με προσευχές, παρακαλώντας για πράγματα αυτού του κόσμου.

Αν ο Θεός βρισκόταν μέσα σ' ένα κάστρο και στην εξωτερική πύλη του κάστρου υπήρχε ένας γιατρός που έκανε όλους τους αρρώστους καλά, πολλοί άνθρωποι θα έφθαναν μέχρι αυτή την πύλη, θα θεράπευαν τις αρρώστιες και τις αναπηρίες τους και θα έφευγαν χαρούμενοι από το κάστρο. Αν κάποιοι άλλοι έφθαναν την εσωτερική πύλη του κάστρου και εκεί συναντούσαν ένα τραπεζίτη που χάριζε χρήματα σε όσους είχαν ανάγκη και αυτός τους έδινε όσα χρήματα ήθελαν θα έφευγαν και αυτοί χαρούμενοι και θα γύριζαν σπίτι τους, έχοντας εκπληρώσει την επιθυμία τους να γίνουν πλούσιοι. Το ίδιο, αν υπήρχε και ένας αρχιδικαστής σε κάποιο άλλο μέρος του

κάστρου που ήταν πρόθυμος να διορθώσει κάθε αδικία που μπορεί να είχε γίνει σε κάποιους άλλους, πολλοί θα πήγαιναν σε αυτόν να του αναθέσουν την υπόθεσή τους και θα έφευγαν ευχαριστημένοι. Από αυτούς που θα πήγαιναν στο κάστρο, οι περισσότεροι θα επέστρεφαν στο σπίτι τους, έχοντας χαρεί με την εκπλήρωση των επιθυμιών τους. Ελάχιστοι θα συνέχιζαν προκειμένου να φτάσουν στο βάθος του κάστρου και να συναντήσουν τον Κύριο του κάστρου.

Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ συχνά έλεγε πως αν καθόταν σ' ένα δωμάτιο με σκοπό να μοιράσει τις ευλογίες της Πνευματικότητας και τοποθετούσε απέξω ένα γιατρό κι ένα τραπεζίτη, ελάχιστοι θα έφταναν μέχρι την πόρτα του. Το ίδιο συμβαίνει με τους περισσότερους ανθρώπους στον κόσμο. Αν ο Θεός εκπλήρωνε όλες τις εγκόσμιες επιθυμίες μας, θα ζούσαμε ικανοποιημένοι με τα δώρα Του και δε θα στρέφαμε το πρόσωπό μας προς το μέρος Του. Είναι κρίμα που προσευχόμαστε μόνον όταν ο Θεός λυγίζει τα γόνατά μας από τις συμφορές.

Όσο προοδεύουμε πνευματικά, αρχίζουμε να μη προσευχόμαστε για εγκόσμια αγαθά. Εμπιστευόμαστε το Θεό και δεχόμαστε ότι όλα όσα μας συμβαίνουν προέρχονται για κάποιο λόγο από Εκείνον. Δεχόμαστε πως οτιδήποτε μας συμβαίνει είναι για το καλό μας.

Το μυστικό της "άδειας κούπας"

Υπάρχει και μια άλλη ενδιαφέρουσα ιστορία από τη ζωή της Ράμπια Μπάσρι. Κάποτε ένας φίλος της την επισκέφτηκε στη λιτή της κατοικία. Τη βρήκε να πίνει νερό από μια σπασμένη στάμνα, να κάθεται πάνω σε ένα παλιό ψάθινο χαλάκι και να έχει για μαξιλάρι της ένα τούβλο. Ο φίλος της πόνεσε που την είδε να ζει μέσα στη φτώχεια. Στην προσπάθειά του να τη βοηθήσει της είπε: «Έχω μερικούς πλούσιους γνωστούς και αν το θέλεις, μπορώ να πάρω λίγα χρήματα απ' αυτούς και να σου αγοράσω μια καινούρια κανάτα για νερό κι ένα αναπαυ-

τικό στρώμα να κοιμάσαι». Η Ράμπια Μπάσρι του απάντησε: «Για πές μου καλέ μου φίλε, δεν είναι ο ίδιος Θεός αυτός που συντηρεί εμένα και αυτούς τους γνωστούς σου»; Ο φίλος της απάντησε καταφατικά και η Ράμπια συνέχισε: «Νομίζεις ότι ο Θεός, που προσφέρει τα πάντα ξεχνάει τους φτωχούς εξαιτίας της φτώχειας τους; Ή μήπως πιστεύεις ότι ο Θεός θυμάται τους πλούσιους εξαιτίας του πλούτου τους»; «Σίγουρα όχι», απάντησε ο φίλος της, και η Ράμπια κατέληξε: «Αφού ο Θεός γνωρίζει την κατάστασή μου, γιατί θα πρέπει εγώ να Του την υπενθυμίζω; Γλυκό είναι το θέλημά Του. Εγώ επιθυμώ να έχω μόνο ό,τι Εκείνος θέλει».

Ο διάλογος αυτός απεικονίζει την κατάσταση αυτοπαράδοσης κάποιου που έχει φτάσει στη ανώτατη στάση για προσευχή, τη στάση της "άδειας κούπας", δηλαδή τον αληθινό διαλογισμό.

Όταν βλέπουμε τους ανθρώπους να προσεύχονται, τα χέρια τους είναι συνήθως ενωμένα. Επιπλέον, στην Ανατολή, αν προσέξουμε αυτούς που δέχονται κάτι από έναν άγιο, θα δούμε ότι τείνουν τα χέρια τους με τις παλάμες ανοιχτές, σαν οι παλάμες να σχηματίζουν μια κούπα. Μια άδεια κούπα που περιμένει να πλημμυρίσει με τα δώρα που ο Κύριος θέλει να προσφέρει.

Το ανώτατο στάδιο προσευχής στο οποίο μπορούμε να φτάσουμε είναι όταν σε κάθε περίπτωση Τον φέρνουμε στο νου μας και ψελλίζουμε: «Γλυκό και ευπρόσδεκτο είναι το θέλημά Σου Κύριε ». Το στάδιο αυτό είναι μια κατάσταση έκστασης κατά την οποία ο νους μας μένει ακίνητος στην εικόνα Του και το εγώ μας απενεργοποιείται και όταν βρισκόμαστε σ᾽ αυτήν την κατάσταση, τίποτα δε στέκεται ανάμεσα σ᾽ εμάς και το Θεό. Όταν οι φωνές της προσευχής έχουν σβήσει μέσα σε σιωπηλό διαλογισμό και είμαστε έτοιμοι να ακούσουμε το Θεό, έχουμε φτάσει στο τέλος της προσευχής και στην αρχή του διαλογισμού. Είμαστε έτοιμοι να ακούσουμε το Θεό, μέσα σε μια κατάσταση ακινησίας, ηρεμίας και αποδοχής. Είμαστε σαν άδειες κούπες και τα αγνά, θεία νερά Του μπορούν ανε-

μπόδιστα να κυλήσουν μέσα μας. Δεν υπάρχει πια τίποτα να μας αποσπά, τίποτα να μας χωρίζει και τίποτα να μας διαιρεί. Η Δύναμη του Θεού μπορεί να διαποτίσει ολόκληρη την ύπαρξή μας. Όταν φτάσουμε σ' αυτή την κατάσταση, μπορούμε εύκολα να συγχωνευτούμε με το Θεό.

Παίρνει καιρό μέχρι να αναπτυχθούμε σε τέτοιο βαθμό ώστε όταν προσευχόμαστε να θυμίζουμε "άδειες κούπες". Αρχικά πρέπει να αναπτύξουμε πίστη και εμπιστοσύνη στο Θεό και αυτό γεννιέται μέσα από τις εμπειρίες μας. Μόλις αυτές αυξηθούν, χαλαρώνουμε και αφηνόμαστε στη φροντίδα Του. Τότε είμαστε πεπεισμένοι ότι θα ενεργήσει σαν φίλος, σαν ευεργέτης, σαν προστάτης, σαν Πατέρας μας. Αν επιθυμούμε να αποκομίσουμε το μέγιστο όφελος από τις ευλογίες που προσφέρει ο Θεός, θα πρέπει να προσπαθήσουμε να υιοθετήσουμε την ταπεινή στάση της άδειας κούπας. Θα διαπιστώσουμε τότε ότι ο νους μας θα αδειάσει από τις αδιάκοπες επιθυμίες και από τα πράγματα που τον απασχολούν. Θα είμαστε ανοιχτοί να δεχτούμε μέσα στην κούπα μας, σταγόνα σταγόνα, τη γλυκιά Του Χάρη και γρήγορα να ενωνόμαστε μαζί Του.

Ας μάθουμε λοιπόν να διαλογιζόμαστε κι ας αποκαταστήσουμε την επικοινωνία μας με το Θεό. Ας καθίσουμε σιωπηλοί και ακίνητοι, μέσα στη θύμησή Του κι ας αφήσουμε το Θέλημά Του να ρέει μέσα μας και να μας πλημμυρίζει με ηρεμία και Αγάπη. Αν ο καθένας μας αποκτήσει ενότητα και ειρήνη με το διαλογισμό, την ανώτατη μορφή προσευχής, θα επικρατήσει ενότητα και ειρήνη σ' ολόκληρο τον κόσμο.



13. Απόλυτη ικανοποίηση με ό,τι έχουμε

Υπάρχουν περίοδοι στη ζωή μας στις οποίες αναπροσαρμόζουμε τους στόχους μας και καταστρώνουμε νέα σχέδια για το μέλλον. Κατά περιόδους παίρνουμε αποφάσεις, καθορίζοντας αυτά που θέλουμε να αλλάξουν πάνω μας ή στη ζωή μας, και δεσμευόμαστε απέναντι στον εαυτό μας να εργαστούμε ευσυνείδητα, για να βελτιώσουμε τη ζωή μας στη διάρκεια του χρόνου που ακολουθεί. Θα ήθελα λοιπόν να σας προτείνω να πάρουμε μια απόφαση, την οποία μπορεί ο καθένας μας, να αναλάβει τη δέσμευση να τηρήσει. Ας αποφασίσουμε να ασκήσουμε την τέχνη της εξάλειψης των επιθυμιών και της απόλυτης ικανοποίησης με ό,τι έχουμε. Σας προτείνω αυτήν τη λύση ως μέσο για να αποκτήσετε μακαριότητα και ευτυχία.

Ας διερευνήσουμε τώρα πώς η ικανοποίηση με ό,τι έχουμε και η εξάλειψη των επιθυμιών μπορεί να μετατρέψει τα χρόνια που ακολουθούν σε εποχή υπέρτατης ευτυχίας και μακαριότητας.

Η ικανοποίηση με ό,τι έχουμε οδηγεί στην ευτυχία

Υπάρχει μια παροιμία που λέει ότι «το ξένο είναι πάντα πιο γλυκό» ή όπως λένε οι Αγγλοσάξονες, «το χορτάρι του γείτονα είναι πιο πράσινο από την άλλη μεριά του φράκτη». Η φράση αυτή έχει σχέση με μία αστεία ιστορία με δύο αγελάδες που η καθεμιά τους ζούσε στο δικό της απέραντο, καταπράσινο λιβάδι, και χωριζόταν από το λιβάδι της διπλανής της με ένα συρματόπλεγμα. Και οι δύο είχαν στη διάθεσή τους άπλετο χώρο, με πλούσιο και καταπράσινο χορτάρι, για να βοσκήσουν. Αντί όμως να απολαμβάνουν το δικό τους χορτάρι, η μια εποφθαλμιούσε το λιβάδι της άλλης. Η πρώτη αγελάδα σκεφτόταν: «Δες το χορτάρι της διπλανής αγελάδας. Μοιάζει να είναι πιο πράσινο. Μακάρι να μπορούσα να φάω απ᾽ αυτό το χορτάρι». Την ίδια στιγμή, η δεύτερη αγελάδα σκεφτόταν:

«Δες το χορτάρι της άλλης αγελάδας. Μοιάζει να είναι πιο πράσινο από το δικό μου. Μακάρι να μπορούσα να φάω από το χορτάρι της». Οι μέρες περνούσαν, κοιτάζοντας επίμονα η μια το χορτάρι της άλλης και τελικά αποφάσισαν να το δοκιμάσουν. Έχωσαν λοιπόν κι οι δυο τα κεφάλια τους μέσα από το συρματόπλεγμα, δοκιμάζοντας να φάνε το χορτάρι που ήταν στην άλλη πλευρά. Σύντομα ανακάλυψαν ότι ήταν πολύ δύσκολο να τρώνε μέσα από το συρματόπλεγμα, ενώ υπήρχαν και κάποιες φορές που το κεφάλι τους κόλλαγε ανάμεσα στα σύρματα και τραυματιζόταν. Παρόλο όμως που τούς ήταν πιο δύσκολο να τρώνε με το κεφάλι τους περασμένο μέσα από το φράχτη και οι δυο πίστευαν ότι έτρωγαν καλύτερο χορτάρι από το λιβάδι της διπλανής αγελάδας. Καμιά τους δε συνειδητοποιούσε ότι το χορτάρι ήταν το ίδιο και στις δυο πλευρές. Τελικά, αφού έφαγαν όλο το χορτάρι που ήταν κοντά στο φράχτη, αναγκάστηκαν να τεντώνουν όλο και πιο πολύ το λαιμό τους, μέχρι που τελικά εγκλωβίστηκαν στα σύρματα και δεν μπορούσαν να απελευθερωθούν από το φράχτη. Άρχισαν τότε να μετανιώνουν που δεν ένιωθαν ικανοποιημένες με το δικό τους λιβάδι και είχαν παγιδευτεί στην προσπάθειά τους να πάρουν αυτό που ανήκε στην άλλη, με αποτέλεσμα τώρα να υποφέρουν.

Συχνά, έχουμε την τάση να πιστεύουμε πως αυτά που έχουν οι ξένοι είναι καλύτερα από τα δικά μας και πάντοτε νομίζουμε ότι ο διπλανός μας έχει περισσότερα από όσα έχουμε εμείς ή ότι είναι περισσότερο ευτυχισμένος από εμάς. Παράλληλα και ο διπλανός μας πιστεύει τα ίδια για μας. Εμείς θέλουμε αυτό που έχουν οι άλλοι και οι άλλοι θέλουν αυτό που έχουμε εμείς.

Η ιστορία που ανέφερα απεικονίζει ανάγλυφα αυτό που συμβαίνει στη ζωή του καθενός μας. Σπαταλάμε τον καιρό μας επιθυμώντας τόσο πολύ αυτό που έχουν οι άλλοι και τελικά δεν είμαστε ικανοποιημένοι με όσα έχουμε εμείς οι ίδιοι. Αρκεί να εξετάσουμε τη δικιά μας ζωή και θα διαπιστώσουμε πόσο μας απασχολούν οι επιθυμίες γι᾿ αυτά που δεν έχουμε, αντί να είμαστε ικανοποιημένοι με αυτά που έχουμε.

Οι επιθυμίες, μάς οδηγούν στη διαρκή αναζήτηση πραγμάτων που δεν έχουμε στην κατοχή μας. Όσο καιρό οι επιθυμίες μας δεν εκπληρώνονται, αρχίζουμε να νιώθουμε δυστυχισμένοι και ανικανοποίητοι. Όταν βρεθούμε σ' αυτήν την κατάσταση, δεν μπορούμε να χαρούμε όσα πραγματικά ήδη έχουμε στη διάθεσή μας. Οι επιθυμίες, μάς κρατούν προσηλωμένους στον αγώνα για την εκπλήρωσή όλο και καινούριων επιθυμιών κι εμείς από την πλευρά μας σπαταλάμε μεγάλα ποσά ενέργειας για να τις πραγματοποιήσουμε. Κάθε μέρα που δεν εκπληρώνουμε τις επιθυμίες μας είναι για μας μια μέρα δυστυχίας γιατί νιώθουμε ανικανοποίητοι. Μόνον όταν είμαστε ικανοποιημένοι με οτιδήποτε έχουμε, μόνο τότε νιώθουμε αληθινά ευτυχισμένοι.

Υπάρχει και μια άλλη σχετική ιστορία. Ζούσε λένε κάποτε ένας βασιλιάς που ήταν πολύ άρρωστος και ο γιατρός του, τού συνέστησε ως μόνη θεραπεία, να βρει έναν άνθρωπο που να είναι ικανοποιημένος με ό,τι έχει, να πάρει το πουκάμισό του και να το φοράει μέρα νύχτα για λίγο καιρό. Ο βασιλιάς διέταξε αμέσως τη φρουρά του να ψάξει σε όλο το βασίλειο και να βρει έναν άνθρωπο ικανοποιημένο με ό,τι είχε. Περνούσαν οι μέρες αλλά η φρουρά του δεν μπορούσε να βρει ένα τέτοιο άνθρωπο. Κάθε πρωί ο βασιλιάς τούς έστελνε να ψάξουν και αυτοί το απόγευμα γύριζαν άπρακτοι. Η έρευνα αυτή συνεχίστηκε μήνες και μήνες και ο βασιλιάς έβλεπε κατάπληκτος ότι δεν μπορούσε να βρεθεί κανένας ικανοποιημένος με αυτά που είχε. Η κατάσταση της υγείας του βασιλιά χειροτέρευε και απεγνωσμένα εκλιπαρούσε τους υπηκόους του να βρουν το πουκάμισο ενός τέτοιου ανθρώπου. Τελικά, αρκετούς μήνες αργότερα, επιστρέφοντας η φρουρά του, τού ανέφερε ότι σε όλο το βασίλειο είχε βρεθεί μόνον ένας άνθρωπος που ήταν ικανοποιημένος με ό,τι είχε. Ο βασιλιάς τότε τους ρώτησε: «Γιατί λοιπόν δε φέρατε μαζί σας το πουκάμισό του;» Και οι άντρες απάντησαν: «Ω Μεγαλειότατε! Αυτός ο άνθρωπος δεν είχε πουκάμισο».

Η ιστορία αυτή μάς αποκαλύπτει πολλές αλήθειες. Σε όλο

το βασίλειο ο μόνος άνθρωπος που ήταν ικανοποιημένος με ό,τι είχε ήταν τόσο φτωχός, που δεν είχε καν πουκάμισο να σκεπάσει τη γύμνια του. Μπορεί δηλαδή να είναι κανείς ευτυχισμένος έστω και αν δεν έχει τίποτα, αρκεί να μην έχει επιθυμίες για να αποκτήσει αγαθά. Μια Λατινική παροιμία λέει ότι «φτωχός δεν είναι εκείνος που έχει λίγα, αλλά εκείνος που θέλει περισσότερα απ᾽ όσα έχει και πλούσιος είναι αυτός που δεν έχει ανάγκες». Τη στιγμή που αρχίζουμε να επιθυμούμε κάτι που δεν έχουμε, αρχίζουμε να καλλιεργούμε την τάση να μην είμαστε ικανοποιημένοι και ευτυχισμένοι με αυτά που ήδη έχουμε. Αν δε θέλουμε τίποτα, τότε ποτέ δεν θα απογοητευθούμε. Αν επιθυμήσουμε κάτι και δεν το αποκτήσουμε, καταλήγουμε να νιώθουμε απόγνωση, απελπισία και απογοήτευση. Αν δεν επιθυμούμε τίποτα και λάβουμε κάτι, αυτό θα είναι περισσότερο απ᾽ ό,τι προσδοκούσαμε. Όσοι από μάς έχουμε αποκτήσει τη συνήθεια διαρκώς να επιθυμούμε καινούρια πράγματα, αυτή η στάση ζωής θα είναι εμπόδιο στον αγώνα μας να τελειοποιηθούμε. Είναι όμως κάτι που αξίζει τον κόπο να δοκιμάσουμε, ακόμα και σαν πείραμα, το να μην επιθυμούμε τίποτα. Τότε θα μπορέσουμε να κρίνουμε από μόνοι μας αν θα είμαστε πιο ευτυχισμένοι ή όχι.

Στο έλεος των επιθυμιών

Κάποτε ρώτησαν το Βούδα: «Ποιο είναι το κλειδί της Πνευματικής εξέλιξης;» Κι εκείνος έδωσε την εξής απλή απάντηση με τέσσερις μόνο λέξεις: «Να μην έχετε επιθυμίες». Οι επιθυμίες μας ευθύνονται για το ότι στρέφουμε την προσοχή μας από το διαλογισμό, σε διάφορες δραστηριότητες του κόσμου. Οι επιθυμίες μας για κατοχή υλικών αγαθών μάς οδηγούν στην προσκόλληση. Οι επιθυμίες μας ευθύνονται που είμαστε εγωιστές. Οι επιθυμίες μας ευθύνονται που πλημμυρίζουμε από λαγνεία και πόθο. Οι επιθυμίες μας συντελούν στο να γινόμαστε άπληστοι και πλεονέκτες. Αν μπορούσαμε

να φτάσουμε σε μια κατάσταση που θα ήμασταν σε θέση να ελέγχουμε τις επιθυμίες μας, τότε θα διαπιστώναμε ότι η ζωή μας θα ήταν σε αρμονία με το περιβάλλον, ο νους μας θα ήταν πλημμυρισμένος από γαλήνη και ηρεμία και θα μπορούσαμε να κάνουμε άλματα προς την κατεύθυνση του υπέρτατου στόχου στη ζωή, που είναι το να γνωρίσουμε τον πραγματικό εαυτό μας (*Αυτογνωσία*) και να γίνουμε ένα με το Θεό (*Θέωση*).

Είναι αλήθεια ότι ο σύγχρονος πολιτισμός προσπαθεί να μας δημιουργήσει νέες επιθυμίες. Οι διαφημίσεις στους δρόμους, στα περιοδικά, στην τηλεόραση και στο ραδιόφωνο μάς έχουν εκπαιδεύσει να επιθυμούμε μια συγκεκριμένη μικροσυσκευή, τη προσαρμογή μας σε κάποια συγκεκριμένη νέα μόδα και την απόκτηση ενός συγκεκριμένου τύπου αυτοκίνητου. Αν δεν πάμε να τα αγοράσουμε όλα αυτά αμέσως, προσπαθούν να μας κάνουν να νιώσουμε ενοχές και να πιστέψουμε ότι έχουμε κάποιο πρόβλημα και ότι κάτι δεν πάει καλά με τη ζωή μας. Μας καλλιεργούν την εντύπωση ότι οι πολίτες σε κάποιες άλλες χώρες είναι πιο ευτυχισμένοι από εμάς, γιατί έχουν περισσότερες ανέσεις και υλικά αγαθά. Όμως σίγουρα αυτό δεν είναι αλήθεια. Άνθρωποι με σπίτια, αυτοκίνητα, κομπιούτερ και όλο τον υλικό πλούτο δεν είναι πιο ευτυχισμένοι από άλλους ανθρώπους που δεν έχουν ούτε ένα πουκάμισο να φορέσουν. Στην πραγματικότητα οι πρώτοι είναι περισσότερο δυστυχισμένοι και ανικανοποίητοι γιατί θέλουν όλο και πιο πολλά από όσα έχουν.

Όσον αφορά την επιθυμία, το μυστικό δε βρίσκεται στο αντικείμενο που επιθυμούμε, αλλά στη ροπή τού νου διαρκώς να επιθυμεί. Η επιθυμία μάς οδηγεί στη προσκόλληση σε πράγματα αυτού του κόσμου και μας αποσπά από τον πραγματικό σκοπό της ανθρώπινης ζωής, να πετύχουμε δηλαδή τη συγχώνευση της ψυχής μας με το Θεό. Αυτή είναι η μόνη αληθινή και διαρκής ευτυχία. Όλες οι άλλες επιθυμίες για πράγματα αυτού του κόσμου μάς οδηγούν μόνο στη δυστυχία, γιατί στον κόσμο αυτό τίποτα δεν είναι μόνιμο. Ό,τι είναι εγκόσμιο υπόκειται στο χωρισμό, στην καταστροφή, στη φθορά ή στο θάνατο και

τελικά χάνεται. Ακόμα και οι άνθρωποι που αγαπάμε δεν είναι παντοτινοί, αφού κάποτε πρέπει και εκείνοι και εμείς οι ίδιοι να εγκαταλείψουμε αυτόν τον κόσμο και να εγκαταλείψουμε το φυσικό μας σώμα. Κανείς και τίποτα στον κόσμο αυτό δε διαρκεί για πάντα. Μόνον η ψυχή μας, ο Ιερός Λόγος ή το Φως και ο Ήχος του Θεού και ο ίδιος ο Θεός διαρκούν παντοτινά. Όλα τα άλλα είναι ψευδαίσθηση ή «μάγια». Αν επομένως αφιερώσουμε το χρόνο μας στην αναζήτηση πραγμάτων που δεν είναι μόνιμα, ενδέχεται τελικά να τα αποκτήσουμε, αλλά δε θα κρατήσουν πολύ. Μπορούμε ωστόσο να αφιερώσουμε τον ίδιο χρόνο στην προσπάθεια να πετύχουμε την ένωση της ψυχής μας με το Θεό. Αυτό είναι το μόνο κέρδος που διαρκεί και μαζί μ' αυτό εξασφαλίζουμε αιώνια ηρεμία, μακαριότητα και απόλυτη ικανοποίηση με ό,τι έχουμε.

Υπάρχει μια χαρακτηριστική ιστορία για μια μικρή κατσίκα που ζούσε ευτυχισμένη με την οικογένειά της. Κάποια μέρα ενώ έβοσκε, πέρασε από κοντά της μία καμηλοπάρδαλη με το μακρύ λαιμό της, που την έκανε να σκεφθεί ότι θα ήταν ωραίο να είχε και εκείνη ένα μακρύ λαιμό, ώστε να μπορεί να παρατηρεί το καθετί από μεγαλύτερη απόσταση και να έχει πιο εκτεταμένους ορίζοντες. Έμαθε λοιπόν η μικρή κατσίκα ότι εκεί κοντά ζούσε κάποιος μάγος, που μπορούσε να εκπληρώνει κάθε επιθυμία. Τον επισκέφτηκε και του είπε: «Θα ήθελα ο λαιμός μου να γίνει τόσο μακρύς, που να μπορώ να βλέπω πολλά μίλια μακριά». Ο μάγος, που ήταν καλός άνθρωπος, πραγματοποίησε την επιθυμία της και σε λίγο η μικρή κατσίκα απόκτησε ένα μακρύ λαιμό σαν της καμηλοπάρδαλης.

Το γεγονός γέμισε με χαρά τη μικρή κατσίκα, αφού τώρα μπορούσε να βλέπει πολύ μακριά και να έχει τη δυνατότητα να βλέπει εύκολα που υπάρχει τροφή. Επί δυο ή τρεις εβδομάδες περίπου η ευτυχία που ένιωθε ήταν πραγματικά απερίγραπτη. Μετά όμως συνήθισε το μακρύ της λαιμό και η ζωή της άρχισε να γίνεται και πάλι χωρίς ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Όταν μετά από λίγο καιρό έστριψε το μακρύ λαιμό της και είδε τα πουλιά να πετούν στον ουρανό και να μπορούν να πάνε σ' όποιον τόπο

ήθελαν, σκέφτηκε: «Δε θα ήταν ωραίο να έχω και εγώ φτερά για να πετάω μακριά»; Θέλησε τότε να αποκτήσει και φτερά και με ένα καινούργιο θαύμα του καλού μάγου, απέκτησε δυο φτερούγες και άρχισε να πετάει. Η ευτυχία που ένιωθε καθώς μπορούσε να πετάει και να πηγαίνει όπου θέλει, ήταν ανείπωτη. Η χαρά της όμως κράτησε δυο τρεις εβδομάδες και μετά έγινε ρουτίνα. Σκέφτηκε: «Εντάξει, μπορώ να πετάξω και να πάω όπου θέλω. Δεν είναι και τίποτα σπουδαίο». Άρχισε λοιπόν πάλι να σκέπτεται.

Μετά από λίγες μέρες είδε ένα παγώνι που πέρασε από μπροστά της και είδε πόσο όμορφη ήταν η ουρά του. Σκέφτηκε: «Δε θα ήταν καλό να είμαι κι εγώ τόσο όμορφη»; Η νέα επιθυμία της να αποκτήσει μια ωραία ουρά σαν του παγωνιού την οδήγησε πάλι στο σπίτι του μάγου που της έκανε και αυτό το χατίρι. Τώρα, εκτός από το μακρύ λαιμό και τα φτερά, είχε αποκτήσει μια πανέμορφη ουρά που την άπλωνε όποτε ήθελε, κι αυτό την έκανε να νιώθει τρισευτυχισμένη. Η ευτυχία της όμως διήρκεσε πάλι δυο τρεις εβδομάδες. Η μικρή κατσίκα συνέχισε να πηγαίνει στο μάγο, ζητώντας πότε το ένα και πότε το άλλο. Κάποτε θέλησε να αποκτήσει σώμα χελώνας, έτσι που κανείς να μην είναι σε θέση να τρυπήσει το καβούκι της και να τη βλάψει. Απέκτησε λοιπόν σώμα χελώνας. Μετά ήθελε να τρέχει γρήγορα, κι έτσι απέκτησε πόδια λεοπάρδαλης. Τώρα πια είχε σώμα χελώνας, κεφάλι κατσίκας, λαιμό καμηλοπάρδαλης, φτερά πουλιού, ουρά παγωνιού και πόδια λεοπάρδαλης. Όμως κάθε φορά ήταν ευτυχισμένη για λίγο καιρό και μετά ξανάπεφτε στη δυστυχία.

Μια μέρα, ένας κυνηγός που βρέθηκε σ᾽ εκείνα τα μέρη είδε αυτόν το διαφορετικό τύπο ζώου. Δεν ήξερε αν ήταν πουλί ή ζώο, ή τι άλλο θα μπορούσε να ήταν. Σίγουρα σκέφθηκε είναι κάτι διαφορετικό από όλα τα ζώα που έχω δει μέχρι σήμερα. «Δε θα ήταν καλό να πιάσω αυτό το ζώο, να το πουλήσω στο ζωολογικό κήπο και να βγάλω ένα σωρό χρήματα»; Έτσι, το βράδυ έστησε παγίδα και έπιασε τη μικρή κατσίκα μέσα στο δίχτυ του. Όση ώρα το ζώο ήταν πιασμένο στο δίχτυ, ο

κυνηγός γύρισε και του είπε: «Είσαι μια νέα μορφή ζώου, γι᾽ αυτό και εγώ θα σε πουλήσω στο ζωολογικό κήπο». Η κατσίκα άρχισε να κλαίει και να φωνάζει: «Είμαι κατσίκα, είμαι κατσίκα», αλλά αυτό δεν έπειθε κανένα. Έτσι λοιπόν καθώς ήταν ένα ζώο άγνωστο μέχρι εκείνη την εποχή, την έπιασαν και τη φόρτωσαν σ᾽ ένα φορτηγό, για να την μεταφέρουν στο ζωολογικό κήπο. Καθώς ξεκινούσε το φορτηγό, η μικρή κατσίκα είδε στην άκρη του δρόμου την οικογένειά της, που είχε πάει εκεί να την βοηθήσει όταν άκουσε τις κραυγές της. Άρχισε να φωνάζει στους γονείς και τα αδέλφια της να κάνουν κάτι αλλά εκείνοι δεν την αναγνώρισαν. «Είμαι κατσίκα, είμαι το παιδί σας», τους είπε. Εκείνοι όμως της απάντησαν: «Είχαμε κάποτε ένα κατσικάκι, αλλά έχει χαθεί εδώ και μήνες». Αφού λοιπόν δεν την αναγνώρισαν, την άφησαν να φύγει κι έτσι κατέληξε στο ζωολογικό κήπο. Εκεί έζησε ολόκληρη τη ζωή, μέχρι το θάνατό της, δυστυχισμένη, κλεισμένη σ᾽ ένα κλουβί.

Το ηθικό δίδαγμα της υπερβολικής αυτής ιστορίας είναι ότι πρέπει να κρατάμε τις επιθυμίες μας υπό έλεγχο, γιατί πάντα το ξένο μοιάζει αλλά δεν είναι πάντα πιο γλυκό και πιο ωραίο. Όλοι νιώθουμε σαν κάτι να λείπει από τη ζωή μας. Μπορεί να νιώθουμε ότι εκείνο που μας λείπει είναι υλικά αγαθά, χρήματα ή κοινωνική προβολή, όμως όταν πορευόμαστε στη ζωή με αυτή τη νοοτροπία, οι επιθυμίες, μάς οδηγούν σταδιακά στην αλλοτρίωση και μάς αναγκάζουν σιγά-σιγά να αποκοβόμαστε από την οικογένεια και την κοινωνία μας και στην πορεία να παύουμε να είμαστε ειλικρινείς ακόμα και προς τον ίδιο μας τον εαυτό. Συμβαίνει συνήθως αυτό που συνέβη και στη μικρή κατσίκα. Αν ποτέ δεν είχε επιθυμήσει να έχει ουρά, φτερά και μακρύ λαιμό, θα εξακολουθούσε να ζει ευτυχισμένη στο φυσικό της περιβάλλον, μαζί με την οικογένειά της.

Όταν μπορούμε να ελέγχουμε τις επιθυμίες μας είμαστε σε θέση να αυτοσυγκεντρωνόμαστε, να διαλογιζόμαστε και να βιώνουμε την εμπειρία του θείου Φωτός και του Ήχου Εσωτερικά και το Πνευματικό μας ταξίδι, να εξελίσσεται με ταχύτερο ρυθμό. Αντίθετα, αν παγιδευτούμε στο λαβύρινθο

του νου, αν παγιδευτούμε μέσα στα υλικά αγαθά, μέσα στην απληστία, μέσα σε δραστηριότητες που ο νους μας αναγκάζει να στραφούμε, θα είμαστε σαν το σκύλο, που τρέχει πίσω από την ουρά του κάνοντας κύκλους. Θα έχουμε κολλήσει στο ίδιο σημείο, με αποκλειστικό μας σκοπό την επιβίωση σ' αυτόν τον κόσμο, χωρίς να αξιοποιήσουμε το χρόνο που μας έχει δοθεί μέσα στο ανθρώπινο σώμα, για να τον αξιοποιήσουμε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο.

Πώς επιτυγχάνεται η συγχώνευση της ψυχής με το Θεό

Οι μεγάλοι Διδάσκαλοι και οι άγιοι έρχονται στη γη για να μας δείξουν τον τρόπο με τον οποίο μπορούμε να πετύχουμε τη συνένωση της ψυχής μας με το Θεό. Μας υποδεικνύουν μια μέθοδο διαλογισμού στο Φως και στον Ήχο και την ώρα της μύησης μάς δίνουν μια πρώτη επαφή με αυτές τις Θεϊκές εκδηλώσεις. Μέσα απ' αυτήν την επαφή, η ψυχή μπορεί να υπερβεί το φυσικό μας σώμα, να υψωθεί σε ανώτερα επίπεδα ομορφιάς, Φωτός και Αγάπης και τελικά να συγχωνευθεί ξανά με το Θεό. Ο Θεός είναι ένας απέραντος Ωκεανός πανσυνειδητότητας, απόλυτης Αγάπης και Φωτός. Η ψυχή, που είναι μια σταγόνα αυτής της ουσίας, είναι διαρκώς σε ανησυχία, καθώς έχει απομακρυνθεί από την Αγκαλιά του Θεού, αυτού του Ωκεανού της μακαριότητας. Μπορεί να βιώσει αληθινή ικανοποίηση και ευτυχία μόνον όταν επανενωθεί με αυτό τον Ωκεανό της μακαριότητας. Με το διαλογισμό μπορούμε να επιστρέψουμε στη κατάσταση της ενότητας με το Θεό. Όσο περισσότερη ώρα αφιερώνουμε σε διαλογισμό, τόσο πιο γρήγορα θα κατορθώσουμε να φτάσουμε στην πραγμάτωση, στην ένωση δηλαδή, του εαυτού μας με το Θεό.

Οι Διδάσκαλοι μάς δίνουν οδηγίες για τον τρόπο με τον οποίον μπορούμε να επιταχύνουμε το ταξίδι μας πίσω στον Κύριο. Μας συνιστούν να κρατάμε ένα ημερολόγιο αυτοενδο-

σκόπησης, που θα μας βοηθήσει να ξεριζώσουμε τις αδυναμίες μας. Εξαφανίζοντας τα ελαττώματα του θυμού, της λαγνείας, της απληστίας, της προσκόλλησης και του εγωισμού και αντικαθιστώντας τα με τις αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς, μπορούμε να ελαττώσουμε τα μαύρα σύννεφα που μας εμποδίζουν να κάνουμε πνευματική πρόοδο Εσωτερικά. Παρακολουθώντας τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας και εξαφανίζοντας τις αδυναμίες μας, μπορούμε να πετύχουμε γρηγορότερη πρόοδο στο διαλογισμό μας. Οτιδήποτε μας πηγαίνει πιο κοντά στο Θεό είναι ενάρετο και οτιδήποτε μας απομακρύνει απ' Αυτόν είναι αρνητικό. Όσον περισσότερο χρόνο αφιερώνουμε σε δραστηριότητες που μας φέρνουν πιο κοντά στο Θεό, τόσο μεγαλύτερη θα είναι η Πνευματική μας πρόοδος και τόσο πιο σύντομα θα πετύχουμε τη συνένωση της ψυχής μας με το Θεό.

Ο χρόνος που αφιερώνουμε στο κυνήγι εγκόσμιων φιλοδοξιών και στην εκπλήρωση επιθυμιών είναι χρόνος που δεν αφιερώνεται στην αναζήτηση του Θεού και της μακαριότητας που μας περιμένει Εσωτερικά. Προσωρινά, ίσως να νιώθουμε κάποια χαρά από τα πράγματα αυτού του κόσμου, όταν όμως τα χάσουμε, είμαστε αναγκασμένοι να αντιμετωπίσουμε τον πόνο. Πάντα νιώθουμε απογοήτευση και πόνο όταν χάνουμε τα πράγματα και τους ανθρώπους στους οποίους είμαστε προσκολλημένοι κι ύστερα χρειάζεται να περάσει καιρός μέχρι να ξεπεράσουμε τις πληγές και τις απογοητεύσεις μας.

Πολλοί άνθρωποι, αφού περάσουν μέσα από επανειλημμένους πόνους και απογοητεύσεις, το παίρνουν απόφαση ότι είναι πιο εύκολο να είναι ικανοποιημένοι με ό,τι τους δίνει ο Θεός, αντί να είναι υποχρεωμένοι να περάσουν μέσα από τις διαδοχικές καταστάσεις χαράς και αγωνίας που προκαλούν οι επιθυμίες. Τελικά, φτάνουνε σ' ένα σημείο όπου ο πόνος τούς εξαντλεί και τότε απλώς προσεύχονται να νιώσουνε στη ζωή γαλήνη και απόλυτη ικανοποίηση σύμφωνα με το Θείο Θέλημα. Όταν ζούμε έχοντας εμπιστοσύνη στο Θείο Θέλημα, χαι-

ρόμαστε με οτιδήποτε έρχεται στο δρόμο μας. Ευχαριστούμε τον Κύριο για ό,τι μας στέλνει κι αυτό με τη σειρά του κατευθύνει τις σκέψεις μας στο να Τον βρούμε Εσωτερικά. Απολαμβάνουμε το χρόνο που είμαστε σε θέση να αφιερώνουμε σε διαλογισμό καθώς και στην υπηρεσία των άλλων και η Αγάπη μας απλώνεται σε όλη την ανθρωπότητα. Πλημμυρίζουμε από χαρά, βλέποντας το χαμόγελο στα πρόσωπα όλων εκείνων που έχουμε βοηθήσει και εκείνων στους οποίους δείξαμε καλοσύνη. Βιώνουμε ένα αίσθημα ικανοποίησης, ότι κάνουμε καθημερινά το καλύτερο που μπορούμε για να βοηθήσουμε τους άλλους, όπως ακριβώς βοηθάμε τον εαυτό μας να βρει το Θεό μέσω του διαλογισμού.

Απόλυτη ικανοποίηση με ό,τι έχουμε δε σημαίνει ότι πρέπει να μένουμε απαθείς και αδιάφοροι. Αντίθετα πρέπει να συνεχίζουμε να εκτελούμε τις καθημερινές ασχολίες μας και ακόμα να πασχίζουμε να βγάζουμε το ψωμί μας και να συντηρούμε την οικογένειά μας με τίμια μέσα. Πρέπει να συνεχίσουμε να κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε, σε όποιο χώρο κάθε φορά βρισκόμαστε. Η διαφορά είναι πως ότι κάνουμε, πρέπει να γίνεται με ένα πνεύμα αποστασιοποίησης. Κάνουμε τη δουλειά μας, αλλά δεν προσκολλιόμαστε στο αποτέλεσμα. Κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε για να εκπληρώσουμε τις ανάγκες μας, αλλά δεν επιτρέπουμε στις επιθυμίες μας να μάς οδηγήσουν στην υποδούλωσή μας. Πρέπει να κάνουμε σχέδια για τη δουλειά μας, πρέπει να δραστηριοποιούμαστε για την κατάκτηση των στόχων μας, αλλά όλα αυτά πρέπει να γίνονται χωρίς άγχος για την τελική τους έκβαση. Πρέπει να κάνουμε τη δουλειά μας σαν καθήκον, σαν μέρος της υπηρεσίας μας στον κόσμο, αλλά ταυτόχρονα να τηρούμε μια στάση αποδοχής του Θείου Θελήματος. Αν η δουλειά μας πετύχει και αποκομίσουμε καρπούς και οφέλη, τα αποδεχόμαστε με ευγνωμοσύνη. Αν πάλι τα πράγματα δεν έρθουν έτσι όπως τα υπολογίζαμε, κι αυτό το αποδεχόμαστε και συνεχίζουμε ατάραχοι, αφού τουλάχιστο θα ξέρουμε ότι έχουμε κάνει το καλύτερο δυνατό.

Κατ᾽ αυτόν τον τρόπο, θα αποφεύγουμε τη στενοχώρια και την απογοήτευση, που κλέβουν μεγάλο μέρος της ενέργειάς μας και εξαντλούν το χρόνο μας.

Κάνοντας τις επιλογές μας

Είναι στο χέρι μας να επιλέξουμε. Μπορούμε να πέσουμε για ύπνο το βράδυ βουτηγμένοι στη δυστυχία, επειδή δεν αρπάξαμε τα πλούτη του διπλανού μας ή δε λεηλατήσαμε τους καρπούς του μόχθου του ή μπορούμε να πέσουμε για ύπνο γεμάτοι ευγνωμοσύνη γι᾽ αυτά που έχουμε και ευτυχισμένοι που καρπωθήκαμε τα αποτελέσματα του προσωπικού μας μόχθου. Μπορούμε να πέσουμε για ύπνο γεμάτοι ηρεμία και ικανοποίηση για ό,τι έχουμε ή μπορούμε να πέσουμε για ύπνο δυστυχισμένοι και απογοητευμένοι για ό,τι δεν αποκτήσαμε. Η επιλογή είναι στα χέρια μας. Πρέπει να πάρουμε τη σταθερή απόφαση να καλλιεργήσουμε απόλυτη ικανοποίηση με το Θείο Θέλημα όπως αυτό εκδηλώνεται κάθε φορά. Πρέπει να καλλιεργήσουμε τη συνήθεια να ευχαριστούμε το Θεό για οτιδήποτε μας δίνει και έχουμε. Πρέπει να αποκτήσουμε έλεγχο πάνω στις επιθυμίες μας και να τις εξαλείψουμε. Η ανώτατη προσευχή είναι όταν λέμε αλλά και το εννοούμε: «Ας γίνει όχι το δικό μου, αλλά το δικό Σου Θέλημα, ω Κύριε!»

Χρειάζεται επίσης να θυμόμαστε ότι μας έχει αναλάβει υπό την προστασία του ο πνευματικός μας Διδάσκαλος, που έχει δεσμευτεί να κάνει πράξη την ένωσή μας με το Θεό το ταχύτερο δυνατό. Επιθυμεί να αποκτήσουμε την ανώτατη μακαριότητα και ευτυχία που μπορούμε να έχουμε σ᾽ αυτόν τον κόσμο κι έχει σχεδιάσει για μας τη συντομότερη διαδρομή, προκειμένου να πετύχουμε. Το ταξίδι μας βρίσκεται στα χέρια του. Αν ακολουθήσουμε τις συμβουλές του, θα φτάσουμε στο στόχο μας το ταχύτερο δυνατό. Αν δεν ακολουθήσουμε τις συμβουλές του και κάνουμε παρακάμψεις, τότε το μόνο που θα πετύχουμε είναι να επιβραδύνουμε την πρόοδό μας και να προσθέτουμε

προβλήματα στην πορεία της ζωής μας. Είναι πολύ πιο εύκολο να είμαστε ικανοποιημένοι με το Θείο Θέλημα, να ακολουθούμε τις συμβουλές του Διδασκάλου και να προχωράμε ομαλά στην πορεία του ταξιδιού μας. Ο Διδάσκαλος έχει πλήρη γνώση για τους "βράχους" και τις "ρουφήχτρες" που βρίσκονται στην πορεία του Πνευματικού Μονοπατιού και μας βοηθάει να τα αποφύγουμε. Σε μας εναπόκειται να ακολουθήσουμε τις συμβουλές του ή όχι.

Ας δεσμευτούμε λοιπόν να ακολουθήσουμε το δίδαγμα της απόλυτης ικανοποίησης με ό,τι έχουμε, χωρίς να διατηρούμε άκρατες επιθυμίες. Ας ξεκινάμε τη μέρα μας βάζοντας σε προτεραιότητα την πνευματική μας πρόοδο και ας αφιερώνουμε χρόνο στο διαλογισμό και τη συμπλήρωση του ημερολογίου αυτοενδοσκόπησης. Ας ξεριζώσουμε τις αδυναμίες μας. Ας βρούμε τρόπους να βοηθάμε και να προσφέρουμε με ανιδιοτέλεια τις υπηρεσίες μας στους άλλους. Ας κάνουμε την καθημερινή εργασία μας, προσφορά στον κόσμο, με τον καλύτερο τρόπο που μπορούμε, χωρίς προσκόλληση και επιθυμία. Έτσι θα διαπιστώσουμε ότι θα νιώθουμε πληρότητα και θα αρχίζουμε να βιώνουμε ένα αίσθημα ευτυχίας και μακαριότητας κάτω απ᾽ όλες τις περιστάσεις. Με το να μην επιθυμούμε και να μην προσδοκάμε τίποτα, θα χαιρόμαστε με ό,τι μάς προσφέρεται. Αυτή είναι μια ανώτερη κατάσταση και ένα υψηλότερο επίπεδο στην εξέλιξή μας κι αν το κάνουμε στόχο ζωής, είναι βέβαιο ότι οι Διδάσκαλοι θα στέψουν τις προσπάθειές μας με επιτυχία.



14. Ευγνωμοσύνη

Στην Αμερική γιορτάζεται η Ημέρα των Ευχαριστιών όπως και σε άλλες περιοχές του κόσμου υπάρχουν παρόμοιες γιορτές. Οι γιορτές αυτές μπορούν να αποτελέσουν για όλους μας, μια ευκαιρία για περισυλλογή και για να εξετάσουμε όλα τα θέματα που αφορούν τον εαυτό μας και τη ζωή μας. Είναι, εκτός των άλλων και μια ευκαιρία για να ευχαριστήσουμε τον Κύριο, τον μεγάλο Δωρητή, για όλα τα καλά που μας έχει προσφέρει.

Ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, στις ομιλίες του, έφερνε συχνά το παράδειγμα του παγωνιού. Το παγώνι θεωρείται ένα από τα ωραιότερα πουλιά, κι όταν απλώνει την ουρά του, γίνεται αντικείμενο θαυμασμού αλλά και φθόνου από τα άλλα μέλη του βασιλείου των πτηνών. Η θέα της απλωμένης ουράς του παγωνιού είναι ένα από τα ωραιότερα θεάματα που μπορεί κανείς να αντικρίσει. Ωστόσο, παρόλο που το παγώνι είναι πράγματι πανέμορφο, υπάρχει κάτι που του λείπει κι αυτό είναι η ομορφιά των ποδιών του. Το παγώνι πιστεύεται ότι διαθέτει τα πιο άσχημα πόδια στο ζωικό βασίλειο. Όμοια λοιπόν με το παγώνι, όπως έλεγε και ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας, όλοι νιώθουμε ότι κάτι μας λείπει. Μολονότι ο Θεός μάς προσφέρει πάμπολλες ευλογίες, δυστυχώς, η προσοχή μας εκτρέπεται απ᾽ αυτές και στρέφεται σε ό,τι δεν έχουμε και σε ό,τι λαχταράμε, επειδή απλώς τυχαίνει να λείπει από τη ζωή μας. Μπορεί να μην είναι κάτι ιδιαίτερα σημαντικό, αποκτάει όμως ξεχωριστή σημασία επειδή απλώς δεν το έχουμε. Όταν εξετάζουμε τον εαυτό μας, νιώθουμε ότι κάτι μας λείπει κι αυτό μας δημιουργεί προβλήματα. Σε μια ομιλία του την Ημέρα των Ευχαριστιών, κάποια χρονιά, ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας έλεγε ότι όχι μόνο θα πρέπει να είμαστε ευγνώμονες για ό,τι έχουμε, αλλά και ότι θα πρέπει να κάνουμε την ευγνωμοσύνη αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας.

Η ευγνωμοσύνη είναι σημάδι της εκτίμησης που τρέφου-

με για κάποιον που μας βοήθησε. Στο Πνευματικό Μονοπάτι ωστόσο, που εργαζόμαστε για τη συνένωση της ψυχής μας με το Δημιουργό, η λέξη "ευγνωμοσύνη" έχει μια πιο βαθιά σημασία γιατί μάς φέρνει πληρότητα, νοητική ηρεμία και ευτυχία.

Πού στρέφουμε την προσοχή μας στην καθημερινή μας ζωή

Θα πρέπει πρώτα-πρώτα να αναλύσουμε και να εξετάσουμε τον εαυτό μας και ό,τι συμβαίνει στη δική μας τη ζωή. Πολλοί από μας μπορεί να διαπιστώσουν ότι, αντί να εκφράζουν κάθε μέρα την ευγνωμοσύνη τους στον Κύριο, σπαταλούν τον περισσότερο χρόνο τους σε κριτική των άλλων, στο να κακίζουν τον εαυτό τους και στην προσπάθεια να ανακαλύψουν τι είναι αυτό που στη ζωή τους προκαλεί προβλήματα. Κάποιοι δεν είναι ευτυχισμένοι με τη δουλειά τους. Άλλοι, ενδεχομένως να έχουν κάποια σωματική αναπηρία. Κάποιοι άλλοι αντιμετωπίζουν προβλήματα με το γάμο τους. Άλλοι πάλι μπορεί να αισθάνονται άσχημα επειδή είναι φτωχοί και δεν έχουν την οικονομική ευχέρεια να εκπληρώνουν τις υποχρεώσεις τους. Τέλος υπάρχουν και άλλοι που έχουν προβλήματα με τα παιδιά τους. Πάντα υπάρχει κάτι στη ζωή του καθενός μας, που μας αγχώνει και μας αφήνει ανικανοποίητους.

Όταν μελετήσουμε πώς αναλώνεται η ζωή μας, θα διαπιστώσουμε ότι, σε κάθε περίπτωση που υπάρχει κάποιο πρόβλημα στην οικογένεια ή κάτι άλλο πού μας σφορά, αφιερώνουμε τον περισσότερο χρόνο μας στο να σκεφτόμαστε και να συζητάμε το πρόβλημα που μας απασχολεί. Έτσι, ο χρόνος που θα μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για την Πνευματική μας ανάπτυξη και την πρόοδό μας στο Πνευματικό Μονοπάτι χάνεται. Διαπιστώνουμε ότι καθημερινά η προσοχή μας δεν εστιάζεται στα καλά που συμβαίνουν στη ζωή μας, αλλά στα αρνητικά.

Υπάρχουν πολλά πράγματα που αποτελούν κομμάτι της ζωής μας για τα οποία μας προσφέρεται βοήθεια και υποστή-

ριξη, ανεξάρτητα από τον τρόπο που εμείς συμπεριφερόμαστε. Αυτό που γενικά συμβαίνει είναι ότι δεν επικεντρωνόμαστε στα γεγονότα και τις συγκυρίες της ζωής που μας φέρνουν ευτυχία και που εξελίσσονται ομαλά αλλά, εστιάζουμε την προσοχή μας σ' εκείνους τους τομείς που νιώθουμε ότι δεν έχουμε εισπράξει αυτό που θεωρούμε ότι αξίζουμε. Τότε αρχίζουμε να νιώθουμε θλίψη και εκνευρισμό, που μπορεί να φθάσει και τα όρια της οργής. Η οργή μας μπορεί να ξεσπάει εναντίον της οικογένειάς μας, των συναδέλφων μας ή οποιουδήποτε άλλου που πιθανόν να σχετίζεται με το συγκεκριμένο πρόβλημα που αισθανόμαστε ότι έχουμε. Ο θυμός μας μπορεί ακόμα να στραφεί και εναντίον του εαυτού μας αν νιώσουμε ότι κάτι δεν κάναμε καλά. Μπορεί ακόμα να στραφεί και εναντίον του Θεού και λέμε «δεν μπορώ να καταλάβω πώς είναι δυνατόν ο δίκαιος Θεός, που έπλασε αυτή τη Δημιουργία, να είναι τόσο καλός με όλους τους άλλους και τόσο κακός μαζί μου!» Αν όμως εξετάσουμε τα πράγματα από τη σκοπιά του Θεού, που παρακολουθεί το καθετί που συμβαίνει σε όλο τον κόσμο, θα μας έβλεπε να μοιάζουμε με ένα τεράστιο κουτί παραπόνων. Μας ακούει όλους σε ολόκληρο τον κόσμο να παραπονούμαστε σε περισσότερες από χίλιες γλώσσες και ίσως να αναρωτιέται γιατί, αφού έχει κάνει τόσα πολλά καλά σε όλους μας, εμείς εξακολουθούμε να έχουμε όρεξη για παράπονα!

Όσο συνεχίζουμε να κρατάμε αυτήν τη στάση, να εστιάζουμε δηλαδή την προσοχή μας στην αρνητικότητα που συναντάμε στη ζωή, διαπιστώνουμε ότι έχουμε την τάση να γινόμαστε ολοένα και πιο αρνητικοί. Να σας δώσω ένα απλό παράδειγμα. Καθημερινά συνηθίζουμε να επικεντρώνουμε την προσοχή μας σε ό,τι θεωρούμε στραβό! Στο χώρο της εργασίας μας λόγου χάρη, κανείς δε φαίνεται να μας χτυπάει τρυφερά στην πλάτη επειδή κάναμε καλά τη δουλειά μας! Αντίθετα, αν κάνουμε κάποιο έστω και ασήμαντο λάθος θα μας βάλουν τις φωνές. Αν διαβάζετε ένα έγγραφο που έχει δακτυλογραφήσει ο γραμματέας σας ή κάποιος άλλος, ή αν φτάσει στο γραφείο σας κάποιο σημείωμα, το πρώτο πράγμα στο οποίο θα πέσει το

μάτι σας είναι κάτι αρνητικό. Ένα ορθογραφικό ή γραμματικό λάθος, ή κάποια ασυνταξία. Ζώντας λοιπόν σ' αυτόν τον κόσμο, έχουμε προγραμματιστεί να επικεντρώνουμε την προσοχή μας σ' εκείνα τα πράγματα που είναι διαφορετικά από όπως κατά τη γνώμη μας θα έπρεπε να είναι. Η ζωή μας συνεχίζεται και γινόμαστε ολοένα και πιο αρνητικοί στις σκέψεις μας, αρνητικοί στους λόγους μας και αρνητικοί στις πράξεις μας.

Αιχμάλωτοι των πέντε "ληστών"

Στη καθημερινή μας ζωή, όσο περισσότερο εστιάζουμε την προσοχή μας σε πράγματα που δεν κατέχουμε, τόσο βλέπουμε τη ζωή μας να γίνεται μίζερη και γεμάτη θυμό. Ο θυμός εμφανίζεται επειδή δεν έχουμε αποκτήσει αυτό που νιώθουμε ότι δικαιωματικά μας ανήκει. Αυτός ο θυμός γίνεται η αιτία να γινόμαστε "βορά των πέντε ληστών", για τους οποίους έχουν μιλήσει πολλοί άγιοι και μύστες. Αυτοί οι ληστές, που είναι τα πάθη μας, εμποδίζουν την πνευματική μας πρόοδο και την ένωσή μας με τον Πανάγαθο. Τα πάθη αυτά είναι: ο θυμός, η λαγνεία, η απληστία, η προσκόλληση και ο εγωισμός.

Όταν παρατηρούμε τη ζωή μας, διαπιστώνουμε ότι σπαταλάμε μεγάλο μέρος του χρόνου μας σ' αυτούς τους πέντε τομείς. Γενικά, ο θυμός είναι το επακόλουθο της διαφωνίας που προκύπτει επειδή κάποιος άλλος δεν κατανοεί την άποψή μας ή εμφανίζεται επειδή δεν αποκτήσαμε κάτι που επιθυμούσαμε ή επειδή αποτύχαμε να πραγματοποιήσουμε τους στόχους μας. Ο χρόνος που περνάμε πνιγμένοι στο θυμό είναι χαμένος χρόνος από τη ζωή μας. Όταν ξεκινάμε μια συζήτηση με κάποιον, υπάρχει το ενδεχόμενο αυτή να μας οδηγήσει σε διαφωνία, που με τη σειρά της μπορεί να μας οδηγήσει σε αντιπαράθεση. Όταν ο θυμός μας φουντώνει τόσο πολύ, που δεν μπορούμε πια να τον ελέγξουμε, λέμε και κάνουμε πράγματα που κάτω από κανονικές συνθήκες δε θα κάναμε. Ο νους μας, ο οποίος μας παρασύρει σ' αυτήν την κατάσταση, είναι χαρούμενος που

έχει καταφέρει να μας μπλέξει σε μια δραστηριότητα η οποία μας εμποδίζει να εστιάσουμε την προσοχή μας στον αληθινό μας σκοπό, στον προορισμό της ίδιας μας της ζωής.

Για να καταλάβουμε σε ποια άκρα μας οδηγεί η προσκόλληση, μπορούμε να αντλήσουμε παραδείγματα από διάφορους τομείς της ζωής. Ας εξετάσουμε για παράδειγμα την κτητικότητα που είναι συνυφασμένη με την προσκόλληση.

Θέλουμε πάντοτε να αποκτούμε αυτό που επιθυμούμε. Ό,τι επιθυμούμε όμως μπορεί να μην είναι ωφέλιμο για μας. Μπορεί να θέλουμε να αγοράσουμε κάτι, χωρίς να είμαστε σε θέση να το συντηρήσουμε. Μπορεί να επιθυμούμε κάτι που ενδέχεται να μην έχει χρησιμότητα στον τρόπο διαβίωσής μας ή να είναι και βλαπτικό. Τρέχουμε διαρκώς πίσω από τις επιθυμίες μας προκειμένου να αποκτήσουμε διάφορα υλικά αγαθά, που άλλοτε μπορεί να είναι κάποιο παιχνίδι για το παιδί μας, άλλοτε κάτι για μας και τελικά, συνειδητοποιούμε ότι μόλις αποκτήσουμε αυτό που επιθυμούσαμε το ξεχνάμε και η κατοχή του δεν μας κρατάει χαρούμενους και απόλυτα ικανοποιημένους για πολύ. Χρειάζεται να φτάσουμε σε μια κατάσταση όπου, ενώ ζούμε σ' αυτόν τον κόσμο, να είμαστε αποστασιοποιημένοι από αυτόν. Χρειάζεται να συνειδητοποιήσουμε ότι όλα τα αγαθά του κόσμου αυτού είναι παροδικά, είναι απλώς μια ψευδαίσθηση και δεν είναι καλό να αναγκάζουμε τον εαυτό μας να νιώθει τόσο δεμένος και να έχει τόσο σφοδρή επιθυμία να τα κατέχει και όλος ο χρόνος μας να καταναλώνεται σ' αυτήν την κατεύθυνση.

Ένας άλλος τομέας που μας αποσπά από το στόχο μας είναι η λαγνεία ή πόθος. Γενικά, λαγνεία θεωρείται η έλλειψη αγνότητας του σώματος. Όταν όμως δούμε τον πόθο με την ευρύτερη έννοια του, είναι η μεγάλη επιθυμία μας να κατέχουμε κάτι. Είτε είναι ένα υλικό αντικείμενο είτε μια επιθυμία που κορυφώνεται σε οποιαδήποτε φυσική δραστηριότητα. Ο πόθος, με την ευρύτερη έννοια του, είναι η διακαής επιθυμία μας να αποκτήσουμε πράγματα για μας τους ίδιους, προκειμένου να ικανοποιήσουμε τις φυσικές μας ανάγκες.

Η απληστία σχετίζεται με το να επιθυμούμε περισσότερα απ᾽ όσα ήδη έχουμε. Για παράδειγμα, αν έχουμε πέντε πράγματα που μας είναι απαραίτητα για να ζήσουμε αξιοπρεπώς, το να είμαστε πλεονέκτες σημαίνει ότι προσπαθούμε να αποκτήσουμε είκοσι, τριάντα ή πενήντα πράγματα. Η απληστία επικεντρώνει την προσοχή μας στο να ενεργούμε με τέτοιο τρόπο ώστε, ή να αρπάζουμε τα πράγματα που ανήκουν στους άλλους ή να μεταχειριζόμαστε άτιμα μέσα, για να εκπληρώσουμε την επιθυμία μας να κατέχουμε αυτό που νομίζουμε ότι έχουμε ανάγκη. Η απληστία επίσης επικεντρώνει την προσοχή μας στο να αρπάζουμε πράγματα που δικαιωματικά ανήκουν σε άλλους και να τα κάνουμε δικό μας κτήμα.

Ο εγωισμός σχετίζεται με το αίσθημα πως οτιδήποτε έχουμε λάβει οφείλεται αποκλειστικά στις δικές μας προσπάθειες. Σε πολλές περιπτώσεις θεωρούμε ότι είμαστε κάτι σαν βασιλιάδες ή βασίλισσες, σαν να πρέπει δικαιωματικά να μας ανήκουν τα πάντα, οπότε αρχίζουμε να συμπεριφερόμαστε και με ανάλογο τρόπο. Περιμένουμε από τους άλλους να υποκλίνονται μπροστά σε κάθε επιθυμία μας. Όταν αποκτάμε κάτι, νομίζουμε ότι αυτό οφείλεται εξολοκλήρου στη δικιά μας προσπάθεια και ποτέ δεν σκεπτόμαστε ότι αυτό ίσως να οφείλεται σε κάποια ευλογία ή ότι πρόκειται για κάποιο δώρο που μας έχει δοθεί.

Όταν το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου μας είναι αφιερωμένο σε κάποιο απ᾽ αυτά τα πέντε πάθη, διαπιστώνουμε πως, όταν προσπαθούμε να καθίσουμε σε διαλογισμό ή να αυτοσυγκεντρωθούμε, ώστε να καταφέρουμε να προοδεύσουμε στον Πνευματικό δρόμο, ο νους εμποδίζει την αυτοσυγκέντρωσή μας. Αν σε όλη τη διάρκεια της ημέρας οι σκέψεις μας έχουν στραφεί προς αρνητικές κατευθύνσεις, τα λόγια μας είναι αρνητικά και οι πράξεις μας στοχεύουν αποκλειστικά στο να αποκομίζουμε προσωπικά οφέλη ή να αποκτάμε πράγματα για μας τους ίδιους, χωρίς να νοιαζόμαστε για τις ανάγκες ή τα δικαιώματα των άλλων και χωρίς να ενδιαφερόμαστε για την αρνητική επίδραση που πιθανώς έχουν αυτά στους άλλους.

Τότε, όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, δεν πρόκειται να καταφέρουμε να ηρεμήσουμε το νου μας. Σε μια τέτοια κατάσταση θα απαιτηθούν τρομακτικά ποσά ενέργειας για να ηρεμήσουμε το νου μας. Αν όμως σε όλη τη διάρκεια της ημέρας κάνουμε θετικές σκέψεις, αν ενδιαφερόμαστε και στηρίζουμε τους άλλους, αν όλα μας τα λόγια είναι γλυκά και βάζουν βάλσαμο στις πληγές των άλλων κι αν οι πράξεις μας είναι τέτοιες που βοηθούν τους άλλους, τότε θα δούμε πως, όταν διαλογιζόμαστε, θα μπορούμε να συγκεντρωθούμε πολύ γρήγορα, θα μπορούμε να αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο πολύ πιο γρήγορα και θα μπορούμε να δούμε το Θείο Φως και να ακούσουμε τον Ήχο μέσα μας.

Συγκέντρωση της προσοχής στις πνευματικές εμπειρίες

Όταν διαλογιζόμαστε και βλέπουμε αναλαμπές Φωτός να έρχονται και να φεύγουν, πολλοί από μας ίσως να έχουν την εσφαλμένη εντύπωση ότι το Φως είναι εκείνο που έρχεται και φεύγει. Δεν ξέρουμε επομένως τι πρέπει να κάνουμε για να είμαστε σε διαρκή επαφή μαζί του. Χρειάζεται καταρχήν να καταλάβουμε ότι στο διαλογισμό, όταν κλείνουμε τα μάτια μας και εστιάζουμε την προσοχή μας ακριβώς μπροστά μας και αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο, δεν είναι το Φως που πηγαινοέρχεται. Αντίθετα, η προσοχή μας είναι εκείνη που παρουσιάζει διακυμάνσεις και παλινδρομεί. Το Φως και ο Ήχος είναι πάντοτε μέσα στον καθένα μας. Δεν είναι επομένως το Φως και ο Ήχος που αναβοσβήνουν, αφού εμείς οι ίδιοι είμαστε ο διακόπτης. Όταν η προσοχή μας συγκεντρώνεται, βλέπουμε Φως. Όταν η προσοχή μας αποσπάται, βλέπουμε σκοτάδι. Καθώς λοιπόν ο νους μας ηρεμεί, μπορούμε να αυτοσυγκεντρωθούμε γρηγορότερα. Τότε, θα μπορέσουμε να δούμε τα Φώτα να σταθεροποιούνται και να μην πηγαινοέρχονται.

Όσο περισσότερο θα βελτιώνεται η αυτοσυγκέντρωσή μας, θα μπορούμε να βλέπουμε το Φως πολλή ώρα και θα μπορούμε να ακούμε τον Ήχο για μεγάλες χρονικές περιόδους. Το μόνο που καλούμαστε να κάνουμε είναι να ακινητοποιήσουμε το νου. Αυτό ωστόσο μπορεί να γίνει μόνον όταν είμαστε ικανοποιημένοι με το περιβάλλον και τον περίγυρό μας και ικανοποιημένοι με την ίδια μας τη ζωή. Αν νιώθουμε δυστυχισμένοι, επειδή κάτι αισθανόμαστε ότι μας λείπει και η προσοχή μας είναι επικεντρωμένη μόνο σ' αυτό, τότε θα μας είναι πολύ δύσκολο να αυτοσυγκεντρωθούμε. Αντίθετα, αν είμαστε ικανοποιημένοι με τον περίγυρό μας και αν νιώθουμε πλήρεις τότε θα διαπιστώσουμε ότι είναι πολύ πιο εύκολο να διαλογιστούμε.

Αξιοποιήστε το χρόνο σας στο ανθρώπινο σώμα

Είναι σημαντικό να καταλάβουμε ότι η ζωή μας είναι μικρή, συγκρινόμενη με το χρόνο που έχει μεσολαβήσει από τότε που η ψυχή μας χωρίστηκε από το Δημιουργό της. Οφείλουμε λοιπόν να εκμεταλλευτούμε στο έπακρο το χρόνο που της έχει δοθεί να βρισκόμαστε στο σημερινό φυσικό μας σώμα. Η ψυχή μας, που δίνει ζωή στο σώμα μας, θα μείνει μαζί του για μια περίοδο εξήντα, ογδόντα ή εκατό χρόνων. Αυτός ο χρόνος είναι μικρός κι αν απλώς τον σπαταλάμε, χωρίς να διαλογιζόμαστε για να αναπτύξουμε την πνευματική πλευρά της υπόστασής μας, τότε δε θα μπορέσουμε να φτάσουμε στον αντικειμενικό μας σκοπό.

Αρκετές φορές στα Σάτσανγκ που έδινε ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ αναφερόταν σ' ένα βασιλιά της Ινδίας, που λεγόταν Κόπι Τσαντ. Το βασίλειό του απλωνόταν σε μεγάλη έκταση και ο ίδιος είχε αμέτρητα πλούτη. Μολονότι όμως είχε αποκτήσει αμύθητους θησαυρούς, έβλεπε ότι δεν ένιωθε ευτυχισμένος στη ζωή του και ο καιρός περνούσε με πλήξη και

μονοτονία. Σκεφτόταν και μονολογούσε: «Δε με γεμίζει πια τίποτα. Τι αξία έχουν για μένα όλα αυτά τα αγαθά;» Έτσι κάποτε αποφάσισε να τα παρατήσει όλα και να ψάξει να βρει την αληθινή ευτυχία. Πήγε λοιπόν σ' έναν άγιο άνθρωπο, έναν Γκουρού και ζήτησε την καθοδήγησή του, για να εκπληρώσει τον πνευματικό σκοπό της ανθρώπινής του ύπαρξης. Με το που είδε το βασιλιά, ο Γκουρού κατάλαβε ότι το πρώτο μάθημα που έπρεπε να του δώσει ήταν το μάθημα της ταπεινοφροσύνης, αφού μέχρι τότε ό,τι ποθούσε η ψυχή του όλοι έτρεχαν να του το εξασφαλίσουν. Έτσι, για να γίνει ο βασιλιάς ταπεινός και να πάρει το μάθημα της ταπεινότητας, τού ζήτησε να φορέσει το ράσο ενός μοναχού, να πάρει ένα δίσκο και να πάει να ζητιανέψει από τους υπηκόους του. Ο βασιλιάς ήθελε πολύ να αποκτήσει πνευματικότητα, οπότε έκανε ακριβώς ό,τι του είπε ο πνευματικός του δάσκαλος. Περιπλανήθηκε λοιπόν φορώντας το ράσο και ζητιανεύοντας από τους ανθρώπους του βασιλείου του. Κάποτε όμως οι υπήκοοί του τον αναγνώρισαν και από τότε του πρόσφεραν όσο περισσότερα μπορούσαν. Στη συνέχεια ο βασιλιάς πήγε στις βασίλισσές του που και αυτές του έδωσαν τα κοσμήματά τους καθώς και άλλα πολύτιμα αντικείμενα. Τέλος επισκέφτηκε τη μητέρα του στην κατοικία της. Η μητέρα του ήταν σοφός άνθρωπος κι όταν τον είδε με τα ράσα, του είπε ότι θα ήθελε να του δώσει κάποιες συμβουλές. Ο βασιλιάς που σεβόταν πολύ τη μητέρα του χάρηκε για την πρόθεσή της και κάθισε προσεκτικά να την ακούσει. Το πρώτο που του είπε η μητέρα του ήταν ότι θα έπρεπε στο μέλλον να περνάει τα βράδια του κλεισμένος σε ένα ισχυρό φρούριο. Ο Κόπι Τσαντ όμως δεν μπορούσε να καταλάβει πώς θα μπορούσε να περνάει τα βράδια του μέσα σε κάποιο ισχυρό φρούριο, αφού από καιρό είχε εγκαταλείψει όλα τα κάστρα του βασιλείου του. Στη συνέχεια η μητέρα του τον συμβούλευσε να κοιμάται σε μαλακό κρεβάτι. Ούτε αυτό μπορούσε να το καταλάβει, γιατί τώρα πια ζούσε στους δρόμους ζητιανεύοντας. Του είπε ακόμα ότι θα πρέπει να τρώει μόνον νόστιμες τροφές. Όλα όσα άκουσε τον μπέρδεψαν τελείως, γιατί, μετά

την απόφασή του να ακολουθήσει την πνευματική ζωή, είχε αφήσει πίσω του όλα του τα υπάρχοντα και ζούσε όπως - όπως μέσα στο δρόμο σαν ζητιάνος, ακριβώς όπως τον είχε προστάξει να κάνει ο Γκουρού του. Έτσι, ζήτησε από τη μητέρα του να τού εξηγήσει πώς θα μπορούσε να τα κάνει όλα αυτά κάτω από τις υποχρεωτικά δεδομένες συνθήκες που ζούσε. Είχε μεγάλη εμπιστοσύνη στην κρίση της και μέσα του ήξερε ότι οι συμβουλές που του έδωσε ήταν σωστές ανεξάρτητα αν εκείνος δεν μπορούσε να καταλάβει το νόημά τους. Αντιλαμβανόταν ότι πίσω από τα λόγια της μητέρας του κρυβόταν μία μεγάλη σοφία της ζήτησε να του εξηγήσει τις συμβουλές της. Λέγεται λοιπόν ότι έγινε ο παρακάτω διάλογος:

– Αφού, μητέρα, έχω εγκαταλείψει όλα μου τα υπάρχοντα, πώς μπορώ να βρω ένα ισχυρό φρούριο να ζήσω;

– Είσαι νέος, του απάντησε εκείνη και θα έρθεις αντιμέτωπος με πολλούς πειρασμούς στο διάβα σου. Θα πρέπει επομένως να χρησιμοποιείς τα λόγια του Γκουρού σου σαν φρούριο ισχυρό που θα σε στηρίζει στη ζωή. Θα πρέπει να ζεις σύμφωνα με τις αρχές που ορίζει ο Γκουρού σου, ο μύστης άγιος που σε βοηθάει να προοδεύσεις στον πνευματικό δρόμο.

– Εντάξει, το κατάλαβα, της είπε, αλλά όσον αφορά τα άλλα πράγματα που με συμβουλεύεις, εγώ θα συνεχίσω να ταξιδεύω από τόπο σε τόπο και το πιθανότερο είναι κάθε βράδυ να κοιμάμαι εκεί όπου κοιμούνται οι ζητιάνοι, να κοιμάμαι δηλαδή όπου βρω.

– Θα πρέπει να κοιμάσαι μόνον όταν νιώθεις κουρασμένο το σώμα σου, του απάντησε, αφού πρώτα θα έχεις κάνει τόσο πολύ διαλογισμό που δε θα μπορείς να διαλογιστείς άλλο πια και το σώμα σου θα είναι εξαντλημένο. Μόνον τότε θα πρέπει να πέφτεις για ύπνο. Όταν πέφτεις για ύπνο σ᾽ αυτήν την κατάσταση, θα κοιμάσαι αμέσως. Έτσι, όπου κι αν πλαγιάσεις θα μοιάζει με μαλακό κρεβάτι. Στη συνέχεια λοιπόν, ο Κόπι Τσαντ ρώτησε τη μητέρα του:

– Πώς όμως θα μπορώ να τρώω μόνον εύγευστες τροφές, όταν θα τρέφομαι μόνο με ό,τι θα μου δίνουν οι άνθρωποι,

αφού θα ζητιανεύω για να τρώω; Θα πρέπει να τρως μόνον όταν είσαι πραγματικά πεινασμένος αποκρίθηκε η μητέρα του. Όταν σε κυριεύει η πείνα, μόνον τότε θα τρως και να είσαι σίγουρος πως, ό,τι φας σε μια τέτοια κατάσταση, θα σου φαίνεται πολύ νόστιμο και εύγευστο.

Ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ διηγείτο αυτή την ιστορία επειδή μας φανερώνει ότι, αν ελαχιστοποιήσουμε τις επιθυμίες μας, θα νιώθουμε πλήρεις και ικανοποιημένοι με ό,τι έχουμε. Το ίδιο επαναλάμβανε συχνά και ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ. Έλεγε ότι «οι αρχές που θα πρέπει να διέπουν τη ζωή μας είναι ο απλός τρόπος διαβίωσης και η υψηλή σκέψη». Οι ανάγκες μας θα πρέπει να είναι ελάχιστες και να τις ελέγχουμε. Ο τρόπος σκέψης μας θα πρέπει να είναι υψηλός, οι σκέψεις μας θα πρέπει να είναι αγνές και οι πράξεις μας θα πρέπει να είναι ευγενείς. Όταν λέμε ότι οι σκέψεις και οι πράξεις μας θα πρέπει να είναι υψηλές και ευγενείς, εννοούμε ότι οφείλουμε να ακολουθούμε έναν τρόπο ζωής όπου να αναγνωρίζουμε πόσο σημαντικό είναι να αυτοσυγκεντρωνόμαστε, να διαλογιζόμαστε, να Εσωστρεφόμαστε και να γινόμαστε ένα με την Πηγή όλης της Θειότητας δηλαδή με το Δημιουργό. Μόνον όταν νιώθουμε πλήρεις, μόνον όταν πιστεύουμε στο «γλυκό και ευπρόσδεκτο είναι το θέλημά Σου Κύριε», μόνον όταν δείχνουμε την ευγνωμοσύνη μας στο Θεό, τότε και μόνον τότε θα είμαστε απόλυτα ικανοποιημένοι κι ευτυχισμένοι και ο νους μας θα είναι ήρεμος. Όταν ο νους μας είναι ήρεμος και είμαστε απόλυτα ικανοποιημένοι με ό,τι έχουμε τότε θα νιώθουμε πληρότητα και ευτυχία. Τότε, όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, θα μπορούμε να αυτοσυγκεντρωνόμαστε γρήγορα και να ερχόμαστε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού, που βοηθούν τον διαλογιζόμενο να οδηγήσει την ψυχή του σε περιοχές πέραν του φυσικού κόσμου.

Αν εστιάσουμε την προσοχή μας στις αναρίθμητες ευλογίες που λαμβάνουμε στη διάρκεια της ζωής μας, τότε θα διαπιστώσουμε ότι αυτές έχουν μεγαλύτερη βαρύτητα από εκείνο που ενδέχεται να λείπει από τη ζωή μας. Η ευγνωμοσύνη επο-

μένως για ό,τι έχουμε είναι μια αρχή που οφείλουμε να ενστερνιστούμε. Είναι μια κατάσταση στην οποία αντιλαμβανόμαστε πως ό,τι μας συμβαίνει γίνεται ακριβώς για το καλό μας. Είναι μια κατάσταση όπου πιστεύουμε και ενεργούμε πραγματικά σύμφωνα με την αρχή: «γλυκό και ευπρόσδεκτο είναι το θέλημά Σου Κύριε». Χρειάζεται λοιπόν να φτάσουμε σ᾽ αυτήν την κατάσταση, αν πραγματικά προσδοκάμε να εκπληρώσουμε τον υπέρτατο σκοπό της ζωής μας, που είναι το να γίνουμε ένα με το Θεό. Αυτή είναι και η προτροπή όλων των αγίων, των μυστών και των φωτισμένων ανθρώπων κι αυτό ακριβώς έχει εκφράσει μέσα από ένα ποίημά του ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας Σαντ Ντάρσαν Σινγκ:

«Με κάθε πνοή υποκλίνομαι στο Φίλο μου,
Γιατί στη Χάρη Του οφείλω τη ζωή μου.»

Η ευγνωμοσύνη επομένως είναι μία στάση ζωής που θα μας βοηθήσει να προχωρήσουμε με γοργό ρυθμό στο πνευματικό μας ταξίδι πίσω στην Αιώνια Κατοικία μας.



15. Εμπιστευθείτε τον Κύριο για μια ήρεμη και ευτυχισμένη ζωή

Ολοι ψάχνουμε να βρούμε στη ζωή μας λίγη γαλήνη και ηρεμία και όλοι θέλουμε να ζούμε με τρόπο που να νιώθουμε πλήρεις. Στην πορεία της ζωής αντιλαμβανόμαστε ότι είμαστε ευτυχισμένοι μόνον όταν νιώθουμε ήρεμοι. Κάθε αναστάτωση που προκαλείται στον ψυχισμό μας, στην οικογένεια και στη δουλειά μας, μάς φέρνει αγωνία. Κατά συνέπεια, μία από τις μεγαλύτερές μας επιθυμίες είναι να ζήσουμε μια ήρεμη κι αρμονική ζωή.

Καταστάσεις που προκαλούν δυσαρμονία στη ζωή μας

Όταν κάτι δυσάρεστο μας συμβεί πρώτη φορά, πιστεύουμε ότι μόνον εμείς βρισκόμαστε σε δυσχερή θέση και ψάχνουμε να βρούμε τι έφταιξε ή σκεπτόμαστε μήπως ο Θεός δεν είναι ευχαριστημένος μαζί μας. Στη συνέχεια, στην πορεία της ζωής, μεσολαβούν διάφορα γεγονότα και το να ζήσουμε ήρεμα και αρμονικά φαντάζει άπιαστο όνειρο. Υπάρχουν φορές που τα πράγματα δεν έρχονται έτσι όπως τα θέλουμε και δεν ξέρουμε προς τα πού να στραφούμε. Ως άνθρωποι, όλοι είμαστε εγωιστές κι έχουμε μεγάλη ιδέα για τον εαυτό μας. Με αυτό το δεδομένο, νιώθουμε σαν να είμαστε οι μόνοι που έχουν προβλήματα, ενώ αντίθετα, όσον αφορά τους άλλους, πιστεύουμε ότι όλα τούς έρχονται εύκολα και δεν αντιμετωπίζουν δυσκολίες στη ζωή τους. Επίσης, έρχονται στιγμές που πιστεύουμε ότι στο παρελθόν οι άνθρωποι ζούσαν πιο ήρεμα, πιο ευτυχισμένα και πιο γαλήνια απ᾽ ότι εμείς σήμερα. Κι όμως, αν ανατρέξουμε στην ιστορία, αυτό που παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον είναι ότι διαπιστώνουμε πως και στο παρελθόν οι άνθρωποι ένιωθαν τα ίδια πράγματα και βίωναν ανάλογες καταστάσεις μ᾽ εμάς σήμερα. Οι άνθρωποι ανέκαθεν αντιμετώπιζαν παρό-

μοια προβλήματα. Στις μέρες μας, η διάρκεια της ζωής των ανθρώπων μπορεί να είναι εξήντα, ογδόντα, εκατό ή περισσότερα χρόνια. Αν συγκρίνουμε τη ζωή ενός ατόμου σήμερα με τη ζωή κάποιου άλλου εκατό ή διακόσια χρόνια πριν, γενικά, αν εξετάσουμε τα βασικά γεγονότα της ζωής, θα διαπιστώσουμε ότι τα πράγματα δεν ήταν και πολύ διαφορετικά τότε. Δηλαδή, τα ίδια πράγματα συμβαίνουν στη ζωή του καθενός και συμβαίνουν στις ίδιες χρονικές περιόδους και στην ίδια περίπου εποχή και ηλικία. Μπορεί να υπάρχουν περισσότερες διακυμάνσεις στη ζωή τού ενός απ᾽ ό,τι στη ζωή του άλλου, τα προβλήματα όμως που αντιμετωπίζουμε είναι σχεδόν τα ίδια.

Κατά κανόνα, τα προβλήματα φαίνεται να προκαλούνται κυρίως απ᾽ αυτούς που θεωρούμε δικούς μας ανθρώπους. Ας πάρουμε το παράδειγμα μιας οικογένειας με παιδιά. Οι γονείς δείχνουν απέραντη αγάπη στα παιδιά τους και κάνουν τα πάντα, προκειμένου να τους εξασφαλίσουν ό,τι χρειάζονται για να πάνε καλά στα μαθήματά τους, να ντύνονται καλά, να είναι όμορφα, καθαρά και ευπαρουσίαστα και να είναι σε θέση να μαθαίνουν καινούρια πράγματα. Οι γονείς δίνουν ό,τι έχουν και δεν έχουν, για να δουν τα παιδιά τους να προοδεύσουν στη ζωή τους. Όμως, καθώς τα παιδιά μεγαλώνουν, αυτό που συμβαίνει κατά κανόνα είναι ότι στρέφονται προς εκείνες τις κατευθύνσεις που τα ίδια επιθυμούν. Οι γονείς όμως, επειδή προσφέρουν στα παιδιά τους το καθετί και ποτέ δε ζητούν ανταλλάγματα και ακόμα εξαιτίας της προσκόλλησής τους σ᾽ αυτά, νιώθουν στενά δεμένοι μαζί τους και δυσανασχετούν με τις νέες κατευθύνσεις που εκείνα, αυθαίρετα ακολουθούν. Δημιουργείται έτσι ένα χάσμα ανάμεσά τους, που εντοπίζεται στο φυσικό, στο συναισθηματικό ή σε κάποιο άλλο επίπεδο επικοινωνίας, με αποτέλεσμα να τους προκαλείται έντονος πόνος, που δύσκολα τον αντιμετωπίζουν. Στη συνέχεια, μόλις το παιδί φύγει από το σπίτι, η απομάκρυνση στεναχωρεί πολύ τους γονείς, που περνούν δύσκολες ώρες μέχρι να προσαρμοστούν.

Όσο περισσότερο προσκολιόμαστε στους δικούς μας ανθρώπους, τόσο μεγαλώνουν και οι προσδοκίες μας απ᾽ αυτούς,

είτε αυτές εντοπίζονται στο συναισθηματικό είτε σε κάποιο άλλο επίπεδο. Περιμένουμε ένα συγκεκριμένο τρόπο συμπεριφοράς ή αντίδρασης από μέρους τους κι όταν κάποτε κάνουν κάτι που δεν το περιμένουμε, πληγωνόμαστε συναισθηματικά και δεν μπορούμε να το ξεπεράσουμε. Αυτό μας φέρνει αναστάτωση και δυσαρμονία και είναι κάτι που λίγο ή πολύ συμβαίνει με όλους τους ανθρώπους.

Οι άνθρωποι, δε συμφωνούμε με ό,τι λένε ή κάνουν οι άλλοι κι αυτό συμβαίνει σε καθημερινή βάση. Πηγαίνουμε για παράδειγμα στη δουλειά μας κι ας υποθέσουμε ότι είμαστε διευθυντές. Περιμένουμε από κάθε μας υπάλληλο να κάνει ότι ακριβώς του έχουμε υποδείξει. Σχεδιάζουμε στο μυαλό μας ένα πρότυπο που να διευκολύνει την εύρυθμη λειτουργία του τομέα μας και διαμορφώνουμε ένα πρόγραμμα από ενέργειες που θέλουμε να γίνουν, θεωρώντας ότι αυτό είναι εύκολο, κατανοητό και απλό και ότι ο καθένας μπορεί να το ακολουθήσει. Όταν όμως πηγαίνοντας στη δουλειά μας βλέπουμε ότι μια ο ένας και μια ο άλλος δεν ακολουθεί το πρόγραμμα μας ή ότι οι υπάλληλοι έχουν πιάσει το τηλέφωνο και μιλάνε με τον άντρα ή τη γυναίκα τους, το αγόρι ή το κορίτσι τους, ή με τα παιδιά τους, σκεφτόμαστε μέσα μας: «Μα καλά, τι γίνεται εδώ; Εδώ είναι ένας χώρος εργασίας που όλοι πρέπει να σέβονται». Δε μας ευχαριστεί αυτή η κατάσταση. Γιατί; Επειδή τα πράγματα δε γίνονται έτσι όπως εμείς θέλουμε να γίνουν.

Αντίστοιχα πράγματα συμβαίνουν σε κάθε σπίτι. Σαν γονείς, θέλουμε τα παιδιά μας να συμπεριφέρονται με συγκεκριμένο τρόπο κι αυτά δυστυχώς δεν το κάνουν. Φαίνεται σαν να δοκιμάζουν την υπομονή μας, κι αυτό μας στεναχωρεί. Όταν είμαστε παιδιά, δεν μπορούμε να καταλάβουμε γιατί οι γονείς μάς ζητούν να κάνουμε ορισμένα πράγματα. Ως γονείς από την άλλη δεν μπορούμε να καταλάβουμε γιατί τα παιδιά μας αντιδρούν τόσο έντονα σ' αυτό που τους λέμε. Η αντίρρηση από μόνη της αποτελεί πηγή αναστάτωσης. Όποτε δυο άνθρωποι βρεθούν μαζί είναι βέβαιο ότι θα δημιουργηθεί ένταση, γιατί σ' ολόκληρο τον κόσμο δεν υπάρχουν δυο άνθρωποι

που να σκέφτονται ακριβώς το ίδιο, να μιλούν ακριβώς το ίδιο ή να αναλύουν τα πράγματα με τον ίδιο ακριβώς τρόπο. Κάθε άνθρωπος έχει μία διαφορετική φύση και γεννήθηκε και μεγάλωσε σε διαφορετικό περιβάλλον. Το πιο χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι δυο αδέρφια που μεγάλωσαν στο ίδιο σπίτι. Παρόλο που μεγαλώνουν στο ίδιο οικογενειακό περιβάλλον, δεν τηρούν την ίδια στάση απέναντι στα γεγονότα. Ο καθένας αντιδρά διαφορετικά στα ίδια πράγματα κι αυτό γίνεται πηγή δυσαρμονίας και λόγος για τη θλίψη που νιώθουμε. Έτσι, αν αναλύσουμε προσεκτικά τη ζωή μας και αντιληφθούμε αυτήν την αλήθεια, θα είμαστε σε θέση να χειριστούμε τα πράγματα με κάποιο κατάλληλο τρόπο. Αν δεν το κατανοήσουμε και περιμένουμε όλα να γίνονται τέλεια και σε πλήρη αρμονία με τις επιθυμίες και τις προσδοκίες μας, τότε κάνουμε λάθος και θα καταλήξουμε να μην είμαστε σε θέση να ανταποκριθούμε στις περιστάσεις. Αυτό συμβαίνει με όλους μας και δεν θα πρέπει να νομίζουμε ότι μόνον εμείς ερχόμαστε σε δύσκολη θέση, γιατί ο καθένας μας έχει κάποιον με τον οποίο οφείλει να συμβιώνει. Αφού λοιπόν είμαστε υποχρεωμένοι να συναναστρεφόμαστε και να συμβιώνουμε με άλλους ανθρώπους, είναι βέβαιο ότι κάποτε θα υπάρξουν διαφορές, προστριβές και θα δημιουργηθούν μεταξύ μας προβλήματα.

Τι χρειάζεται για να νιώθουμε ήρεμοι και ευτυχισμένοι

Ένα ερώτημα που πολλές φορές μας δημιουργείται είναι το πώς μπορεί να επιτύχει κανείς να ζει, σε μία διαρκή κατάσταση γαλήνης και ηρεμίας. Πολλοί άγιοι και μύστες έχουν ασχοληθεί με αυτό το θέμα, αλλά υπάρχουν και πολλές αναφορές στις Ιουδαϊκές, τις Χριστιανικές και τις Ισλαμικές Γραφές καθώς και στις Γραφές των Ινδουιστών, των Σιχ, των Βουδιστών και διαφόρων άλλων θρησκειών. Όλοι μάς υποδεικνύουν τρόπους για να ζούμε αρμονικά με τους συνανθρώπους μας, να έχουμε αυ-

τοκυριαρχία και να βρίσκουμε τη δύναμη να αντεπεξερχόμαστε κάθε φορά και σε κάθε περίσταση στις δυσκολίες της ζωής. Μόλις αρχίσουμε να κατανοούμε και να εφαρμόζουμε αυτά που έχουν πει οι άγιοι και οι μύστες, βαθμιαία θα αποκτήσουμε στη ζωή μας, γαλήνη και ηρεμία. Όμως μολονότι μελετάμε τις Γραφές, συνήθως δε διαμορφώνουμε τη ζωή μας σύμφωνα με αυτά που μας ζητούν να κάνουμε. Αντίθετα, αρχίζουμε να τις αναλύουμε και να ρωτάμε γιατί το καθετί είναι γραμμένο έτσι ή αλλιώς και ποιος είναι ο σκοπός που εξυπηρετεί. Όταν μείνουμε ικανοποιημένοι από τις απαντήσεις που παίρνουμε, μόνον τότε υιοθετούμε ορισμένα πράγματα στη ζωή μας. Αν αποφασίζαμε να συνεχίσουμε τη ζωή μας σύμφωνα με αυτά που έχουν πει οι άγιοι και οι μύστες, τότε σίγουρα θα ήμαστε ήρεμοι, ευτυχισμένοι και σε αρμονία και με τον εαυτό μας και με το Θεό. Ανάλογα με τη φύση και τις καταβολές μας, του τρόπου που σκεφτόμαστε και του τρόπου που μεγαλώσαμε, εξετάζουμε, από διαφορετική κάθε φορά οπτική γωνία, αυτά που περιέχουν οι Γραφές καθώς και στα γεγονότα που κάθε φορά αντιμετωπίζουμε, αντιδρούμε με διαφορετικό τρόπο και δημιουργούμε διαφορετικά συναισθήματα. Το βασικό είναι να είμαστε ήρεμοι και ευτυχισμένοι. Κανείς μας δε θέλει να έχει τεταμένες σχέσεις με τους άλλους, με τα αδέρφια του, με τους γονείς του, με το σύντροφο, με τους γείτονες ή ακόμα και με τους περαστικούς του δρόμου. Βαθιά μέσα μας, όλοι θέλουμε να ζούμε ευτυχισμένοι μαζί τους. Εξωτερικά, ίσως να έχουμε προβλήματα με κάποιους απ᾽ αυτούς και να πιστεύουμε ότι ο ένας ή ο άλλος δε μας συμπαθεί ή να αναρωτιόμαστε γιατί συνεχίζουν να κάνουν πράγματα που μας στεναχωρούν. Όλοι βιώνουμε τα ίδια πράγματα. Χρειάζεται όμως να αντιληφθούμε ότι κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός. Οι καταβολές του είναι διαφορετικές, η νοοτροπία του είναι διαφορετική, το κάρμα του είναι διαφορετικό. Υπάρχουν πολλά πράγματα στο προσκήνιο της ζωής που δεν τα καταλαβαίνουμε.

Ζούμε σε μια εποχή όπου δίνεται μεγάλη έμφαση στη μόρφωση. Όλοι νομίζουμε ότι έχουμε πολύ υψηλό δείκτη νοημο-

σύνης. Όλοι πιστεύουμε ότι κατέχουμε πολλές γνώσεις, αλλά δεν αντιλαμβανόμαστε ότι μας λείπει η σοφία. Υπάρχει χαοτική διαφορά ανάμεσα στη γνώση και στη σοφία. ***Γνώση είναι ό,τι μπορούμε να μάθουμε και ό,τι κάποιος μπορεί να μας το διδάξει.*** Μπορούμε να απευθυνθούμε σε κάποιο δάσκαλο ή καθηγητή, να πάμε σε κάποια σχολή, να διαβάσουμε κάποιο βιβλίο ή ακόμη να μπούμε στο διαδίκτυο και να συλλέξουμε όλων των ειδών τις πληροφορίες. Αυτό είναι η γνώση. Η σοφία, σε αντιδιαστολή, πηγάζει από την εμπειρία. Η σοφία είναι κάτι που αποκτάμε μέσα από τη ζωή, μέσα από τη συμμετοχή μας στα δρώμενα, την επικοινωνία με τους άλλους ανθρώπους και τα γεγονότα που μας συμβαίνουν. ***Η σοφία είναι η πείρα που αποκτάμε στην πορεία της ζωής***. Όλοι λοιπόν έχουμε πολλές γνώσεις, αλλά δεν κάνουμε τη διάκριση ανάμεσα στη γνώση και τη σοφία. Εκεί αποτυγχάνουμε. Όλοι μας λίγο ή πολύ έχουμε πάει σε κάποια σχολή, μερικοί έχουμε μελετήσει πολύ σκληρά και έχουμε φτάσει σε πολύ υψηλό επίπεδο γνώσεων και τότε αρχίζουμε να πιστεύουμε ότι τα ξέρουμε όλα. Αυτό είναι ένα κοινό χαρακτηριστικό που διακρίνει όλους μας. Σκεφτόμαστε: «Είμαι κάτοχος πτυχίου, μάστερ ή διδακτορικού σε πολλούς τομείς, οπότε έχω επαρκείς γνώσεις σε πολλά πράγματα». Δε συνειδητοποιούμε ότι η γνώση και η σοφία δεν πάνε χέρι χέρι. Ακόμη κι ένας αμόρφωτος άνθρωπος μπορεί να κρύβει μέσα του μεγάλη σοφία αν και αυτό δε σημαίνει πάντα ότι αν μείνουμε αμόρφωτοι κάποτε θα αποκτήσουμε σοφία. Χρειάζεται όμως να καταλάβουμε τη διαφορά. Η σοφία κερδίζεται με την εμπειρία, κερδίζεται μέσα από τη ζωή. Αποκτάμε σοφία όταν αντιλαμβανόμαστε και διακρίνουμε το σωστό από το λάθος. Στην πορεία της ζωής μαθαίνουμε πολύ περισσότερα πράγματα από τις εμπειρίες μας παρά από τη συλλογή πληροφοριών και γνώσεων.

Πώς λοιπόν πρέπει να ζει κάποιος για να είναι ήρεμος κι ευτυχισμένος; Η ευτυχία έρχεται μέσα από τη γαλήνη και την ηρεμία. Για μένα ευτυχία και γαλήνη πάνε μαζί. Αν έχουμε ένταση δεν μπορούμε να είμαστε ευτυχισμένοι. Η ευτυχία είναι μια

κατάσταση χαράς που έρχεται από μέσα μας, κι αυτό συμβαίνει όταν τα πάντα γύρω μας είναι ήρεμα. Αν για παράδειγμα το ένα μας παιδί κλαίει και φωνάζει, επειδή θέλει να δει κάποιο πρόγραμμα στην τηλεόραση και το άλλο παιδί θέλει να παρακολουθήσει κάποιο άλλο πρόγραμμα και δεν αφήνει το πρώτο να δει εκείνο που θέλει, εμείς δε θα νιώθουμε ευτυχισμένοι. Χρειάζεται πρώτα να αποκατασταθεί η ηρεμία στην ατμόσφαιρα κι έπειτα να γυρίσουμε στην τηλεόρασή μας και να δούμε, για παράδειγμα, τον τελικό του Champions League στο ποδόσφαιρο. Μόνον τότε θα νιώσουμε πραγματικά ευτυχισμένοι, αφού όλοι θα είναι ευχαριστημένοι, ήρεμοι και παντού θα επικρατεί ησυχία. Για να είμαστε ευτυχισμένοι, πρώτα απ᾽ όλα είναι απαραίτητο να νιώθουμε ήρεμοι. Οι άγιοι και οι μύστες έχουν αναφερθεί κατ᾽ επανάληψη στη σημασία της ηρεμίας.

Στις ομιλίες μου προσπαθώ να αναφέρομαι σε εδάφια από διάφορες ιερές Γραφές, για να καταλάβουμε τι λένε και να μπορέσουμε να ωφεληθούμε, μαθαίνοντας τι έχουν πει οι μεγάλοι άγιοι και οι μύστες. Οι Γραφές όλων των θρησκειών μάς δείχνουν το δρόμο της επιστροφής στο Θεό. Μια από τις βασικές Εβραϊκές Γραφές είναι η Παλαιά Διαθήκη, η οποία είναι πλούσια σε αναφορές για το πώς μπορούμε να ακολουθήσουμε ένα θεϊκό τρόπο ζωής. Παρόμοια θέματα συναντάμε σε όλες τις ιερές Γραφές. Όσοι αναζητούν γαλήνη και ηρεμία θα ανακαλύψουν ότι στη βάση, οι ίδιες οδηγίες καταγράφονται στις Γραφές όλων των θρησκειών: του Ινδουισμού, του Βουδισμού, του Ισλαμισμού, του Χριστιανισμού, του Σουφισμού, του Σιχισμού, του Ιουδαϊσμού και όλων των άλλων θρησκειών. Το μήνυμα που στέλνουν είναι πως, αν θέλουμε να βρούμε Εσωτερική γαλήνη, πρέπει να "μπούμε μέσα μας."

Σήμερα, θα ήθελα να αναφερθώ σε ένα εδάφιο από τις Εβραϊκές Γραφές και συγκεκριμένα σε ένα απόσπασμα από τα γραπτά του προφήτη Ησαΐα, στην Παλαιά Διαθήκη. Ο Προφήτης Ησαΐας είναι γνωστός για το όραμά του, ότι θα έρθει μια μέρα που θα επικρατεί ειρήνη στη γη. Ανέφερε ότι: «Μια μέρα οι άνθρωποι θα μετατρέψουν τα σπαθιά τους σε άροτρα

και τα δόρατα σε κλαδευτήρια». Όπως είπε: «Έθνος δε θα σηκώνει ξίφος ενάντια σε έθνος και οι άνθρωποι δε θα γνωρίσουν πλέον τον πόλεμο». Ένα άλλο εδάφιο από τον προφήτη Ησαΐα, παρότι είναι μικρό, περικλείει μέσα του την ουσία για την απόκτηση πνευματικής γαλήνης. Αναφέρει συγκεκριμένα:

«Θέλεις φυλάξει εν τελεία ειρήνη το πνεύμα
το επί σε επιστηριζόμενον, διότι επί σε θαρρεί.»
(Ησαΐας 26:3)

Αυτοί οι δύο στίχοι με τις λίγες τους λέξεις μάς λένε τι απαιτείται για να βρούμε γαλήνη. Αναφέρουν δύο πράγματα. Το πρώτο είναι ότι χρειάζεται να κρατάμε την προσοχή μας στραμμένη προς το Θεό. Το δεύτερο που αναφέρεται σ' αυτούς τους στίχους είναι ότι θα νιώθουμε γαλήνη και ηρεμία όταν έχουμε εμπιστοσύνη στο Θεό. Αν αυτό μπορέσουμε να το κατανοήσουμε σε βάθος και να το υιοθετήσουμε, θα διαπιστώσουμε ότι η γαλήνη και η ηρεμία θα κυριαρχήσουν τη ζωή μας.

Στρέψτε την προσοχή σας στο Θεό

Πώς μπορούμε να κρατάμε την προσοχή μας στραμμένη στο Θεό; Όλοι οι άγιοι και οι μύστες μας έχουν πει ότι αυτό μπορούμε να το πετύχουμε μέσω του διαλογισμού. Ο διαλογισμός δεν είναι τίποτ' άλλο από τη συγκέντρωση της προσοχής στο Θεό. ***Η εξωτερική έκφραση της ψυχής είναι η προσοχή.*** Συγκεντρώνοντας λοιπόν όλη την προσοχή μέσα μας θα βρούμε τον Κύριο που βρίσκεται μέσα μας. Στο διαλογισμό, καθόμαστε με πλήρη προσοχή στο σημείο συνάντησης, όπου ο Κύριος θα έρθει να μας προϋπαντήσει. Αυτό το σημείο είναι ο Τρίτος ή Μοναδικός οφθαλμός. Μοιάζει τόσο εύκολο! Τότε, τι φράζει το δρόμο μας;

Αυτό που μας δυσκολεύει να εστιάσουμε την προσοχή μας στον Κύριο είναι ο τρόπος που διασκορπίζουμε τη προσοχή μας σε άλλα πράγματα που μας απασχολούν. Αν εξετάσουμε

τη ζωή μας, θα διαπιστώσουμε ότι η προσοχή μας διασκορπίζεται σε ένα σωρό πράγματα. Αν εστιάσουμε τις ακτίνες του ήλιου σ᾽ ένα σημείο, θα προκαλέσουμε φωτιά. Αν όμως οι ακτίνες του ήλιου είναι διάχυτες, δεν έχουν επαρκή ένταση για να δημιουργήσουν φλόγα. Μπορούμε να διαπιστώσουμε και μόνοι μας ότι η προσοχή μας διασπάται σε σκέψεις για τη δουλειά μας, στους φίλους μας, στην κοινωνική μας ζωή, στο μέλλον, στο παρελθόν και γενικά στα προβλήματά μας. Κάθε φορά που στρέφουμε την προσοχή μας σε κάποιο απ᾽ αυτά τα πράγματα, αποστρεφόμαστε το Θεό. Μπορεί να ισχυριστούμε ότι όλοι αυτοί οι τομείς είναι εκείνοι που μας ασκούν πίεση κάθε μέρα που περνάει. Αυτό είναι αλήθεια, όμως μπορούμε να βρούμε το χρόνο μέσα στην πολυάσχολη ζωή μας, για να στραφούμε και προς το Θεό. Αν δεν μπορούμε να βρούμε χρόνο να στρέψουμε την προσοχή μας στο Θεό, πώς είναι δυνατό να περιμένουμε ότι θα είμαστε ανοιχτοί και έτοιμοι να υποδεχτούμε τον Κύριο;

Όλοι οι άνθρωποι που μέχρι τώρα έχουν βρει το Θεό, έχουν απαραίτητα αφιερώσει πολύ χρόνο σε διαλογισμό. Όλοι είχαν το κυρίαρχο πάθος να στρέφουν και να προσηλώνουν την προσοχή τους στο Θεό. Όλοι τους δεν χρειάζονταν να προσπαθήσουν σκληρά για να βρουν ώρα για διαλογισμό. Όταν αγαπάς κάτι το κάνεις αυτόματα. Αυτό που έκαναν ήταν όχι να ξεκλέβουν χρόνο για διαλογισμό, αλλά να ξεκλέβουν χρόνο από το διαλογισμό, για να ασχοληθούν και με τις εγκόσμιες ευθύνες και τα καθήκοντά τους. Για πολλούς αυτό είναι μια καινούρια ιδέα: *Πρώτα ο διαλογισμός κι όλα τ᾽ άλλα έπονται*. Αυτή ήταν η απόφαση που πήρε και ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ όταν ήταν νεαρός: «*Πρώτα ο Θεός και μετά όλα τ᾽ άλλα*». Αφιέρωνε καθημερινά έξι ώρες σε διαλογισμό και μετά ασχολιόταν με τις εγκόσμιες ευθύνες του. Όλοι οι άγιοι και οι μύστες έζησαν με παρόμοιο τρόπο κι έτσι έφτασαν στη Θέωση στη διάρκεια της ζωής τους, κάτι που ήταν άλλωστε και ο στόχος τους.

Αν εξετάσουμε τη ζωή των αγίων, θα διαπιστώσουμε ότι, παρόλο που αφιέρωναν πολύ χρόνο σε διαλογισμό, δεν πα-

ραμελούσαν καμιά πλευρά της ζωής τους. Πολλοί απ᾽ αυτούς ήταν οικογενειάρχες, πράγμα που τους υποχρέωνε να αγωνίζονται για να κερδίσουν τα προς το ζην προκειμένου να συντηρούν τη γυναίκα και τα παιδιά τους. Εργάζονταν σκληρά και εκπλήρωναν τα καθήκοντά τους με τρόπο άψογο, κερδίζοντας συχνότατα το σεβασμό όλων, εξαιτίας του όγκου και των επιτευγμάτων της εργασίας τους. Ακόμα συμμετείχαν στην προσφορά κοινωνικού έργου και βοηθούσαν με ευσπλαχνία τους αρρώστους, τους φτωχούς, τους ηλικιωμένους και τα ορφανά.

Μολονότι ο διαλογισμός είναι μια δραστηριότητα που απαιτεί αυτοσυγκέντρωση καθώς ολόκληρη η προσοχή μας εστιάζεται στην επικείμενη συνάντησή μας με τον Κύριο, εντούτοις έχουμε τη δυνατότητα να κρατάμε στραμμένη την προσοχή μας στο Θεό και όλη την υπόλοιπη ημέρα. Στο Παντζάμπ υπάρχει ένα πολύ όμορφο γνωμικό που λέει: «Τα χέρια στη δουλειά, αλλά η καρδιά στον Αγαπημένο». Μπορούμε να κρατάμε την προσοχή μας προσηλωμένη στον Κύριο, ενόσω φροντίζουμε την οικογένειά μας, πηγαίνουμε στη δουλειά, παρέχουμε τις υπηρεσίες μας στους συνανθρώπους μας και γενικά όση ώρα εκτελούμε κάθε καθήκον και έργο που έχουμε αναλάβει στη ζωή. Μπορούμε να κάνουμε τα πάντα με Αγάπη για το Θεό μέσα στην καρδιά μας. Μπορούμε να κάνουμε τα πάντα σαν να τα κάνουμε, γι᾽ Αυτόν τον ίδιο το Θεό. Δεν υπάρχει κανένας λόγος να μην έχουμε το Θεό μέσα στο νου, στην καρδιά και στην ψυχή μας, όλο το εικοσιτετράωρο, μέρα και νύχτα.

Ο Ησαΐας μας λέει πως, αν στρέψουμε το νου μας στο Θεό, θα νιώθουμε γαλήνη και ηρεμία. Σκεφτείτε ένα παιδί που περπατάει στο δρόμο και κρατάει το χέρι του γονιού του. Μπορεί να υπάρχουν δυνατοί θόρυβοι, κίνηση στους δρόμους, τρομακτικές θέες και ήχοι, το παιδί όμως αισθάνεται ασφάλεια όταν ο πατέρας ή η μητέρα του το κρατάει από το χέρι. Παρόμοια, αν είμαστε προσηλωμένοι στο Θεό, θα αντιλαμβανόμαστε τη βοήθεια που μας προσφέρει συνεχώς και θα μπορούμε τότε να αντιμετωπίζουμε τα βάσανα και τις δοκιμασίες της ζωής με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και αισιοδοξία.

Εμπιστευθείτε τον Κύριο

Στη συνέχεια, ο Ησαΐας μας προτείνει για ήρεμη και ευτυχισμένη ζωή το ρόλο που διαδραματίζει η εμπιστοσύνη που πρέπει να έχουμε στο Θεό. Δεν αρκεί να στρέψουμε την προσοχή μας στο Θεό, αλλά πρέπει να Του έχουμε και απόλυτη εμπιστοσύνη. Αυτό είναι το κρίσιμο στοιχείο για την απόκτηση γαλήνης και ηρεμίας. Όταν εμπιστευόμαστε το Θεό, ξέρουμε πως ό,τι μας συμβαίνει είναι για το καλό μας. Ο Θεός έχει τον έλεγχο της ζωής μας και όταν αντιληφθούμε αυτή την αλήθεια, δεν ανησυχούμε πια. Αυτό το σημείο χρειάζεται κάποια ανάλυση. Για ποια πράγματα ανησυχούμε; Ανησυχούμε για την υγεία μας, για την οικονομική μας κατάσταση, για την οικογένειά μας, για τη δουλειά και τα επιτεύγματά μας, για το παρελθόν και για το μέλλον μας. Ανησυχούμε επειδή σε όλα αυτά υπάρχει το στοιχείο του αγνώστου και της αβεβαιότητας. Δεν ξέρουμε τι θα συμβεί και γι᾽ αυτό φοβόμαστε. Αν όμως έχουμε εμπιστοσύνη στο Θεό, μπορούμε να καθίσουμε παράμερα και να χαλαρώσουμε. Στο Θεό εναπόκειται να αποφασίσει τι πρέπει να γίνει. Η ευθύνη είναι δικιά Του. Εμείς απλώς πρέπει να κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε και να αφήνουμε τα υπόλοιπα στα χέρια Του. Αν κάθε μέρα, από τη στιγμή που ξυπνάμε, έχουμε απόλυτη εμπιστοσύνη στο Θεό, η ημέρα μας θα κυλάει ήρεμα.

Το αόρατο χέρι του Θεού μάς βοηθάει παντού, ακόμη και σε θέματα της καθημερινής μας ζωής. Πολλές φορές προσπαθούμε να κάνουμε κάτι και ενώ βλέπουμε ότι είναι αδύνατο να τα καταφέρουμε, ξαφνικά διαπιστώνουμε ότι υπάρχει μια αόρατη δύναμη που μας βοηθάει με ένα μυστηριώδη τρόπο. Σκεφτείτε το. Πόσες φορές δεν έχει συμβεί κάτι τέτοιο στην καθημερινή σας ζωή! Ενώ είμαστε δηλαδή έτοιμοι να εγκαταλείψουμε την προσπάθεια, επειδή νιώθουμε ότι δεν έχουμε τη δύναμη να συνεχίσουμε, εκείνη ακριβώς τη στιγμή το αόρατο χέρι του Θεού μάς αγκαλιάζει και τακτοποιούνται τα πάντα.

Συχνά σκεφτόμαστε ότι είμαστε μόνοι μας στον κόσμο και

ότι πρέπει να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις της ζωής ολομόναχοι, αλλά δεν αντιλαμβανόμαστε ότι ο Θεός μάς βοηθάει συνεχώς και πάντα. Την κατάλληλη στιγμή, ενώ πιστεύαμε ότι όλα είχαν χαθεί, δεχόμαστε τη στήριξη και τη βοήθειά Του.

Μερικές φορές προσευχόμαστε στο Θεό και Εκείνος μάς βοηθάει, αλλά υπάρχουν και πολλές περιπτώσεις που η βοήθεια Του έρχεται από μόνη της, χωρίς να την έχουμε καν ζητήσει. Αυτό είναι και το μεγαλείο της Θείας Χάρης! Μ᾽ αυτό τον τρόπο ο Θεός μάς θυμίζει ότι δεν είμαστε μόνοι, ότι Εκείνος είναι πάντα μαζί μας, ότι μάς παρακολουθεί και μας κατευθύνει. Ο Θεός γνωρίζει πότε έχουμε προβλήματα και πότε χρειαζόμαστε βοήθεια, ακριβώς όπως ένας γονιός, που επαγρυπνεί διαρκώς για να προστατεύσει αν χρειαστεί το παιδί του που κοιμάται. Η βοήθεια του Θεού έρχεται χωρίς να είναι απαραίτητο να τη ζητήσουμε εμείς.

Καθώς λοιπόν προχωράμε στο μονοπάτι της ζωής και μερικές φορές απογοητευόμαστε, επειδή νιώθουμε μόνοι, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι ο Θεός είναι πάντοτε μαζί μας. Ο Θεός μάς έχει πάντα στην Αγκαλιά Του και μας βοηθάει σε κάθε δυσκολία. Γι᾽ αυτό θα πρέπει να Τον ευγνωμονούμε και να Τον ευχαριστούμε. Την επόμενη φορά που θα αισθανθούμε μόνοι και αβοήθητοι, ας θυμηθούμε ότι τα αόρατα χέρια του Θεού μάς αγκαλιάζουν στοργικά, μάς αγαπούν και μάς προστατεύουν.

Θα ήθελα εδώ να αναφέρω ένα περιστατικό, το οποίο καταδεικνύει ακριβώς την ύπαρξη της Αγάπης του Θεού και της προστασίας Του στη ζωή των ανθρώπων. Στις αρχές του 20ου αιώνα ο Σερ Έρνεστ Σάκλφορντ σκέφτηκε ότι θα μπορούσε να διασχίσει την Ανταρκτική με έλκηθρα. Η απόσταση όμως που έπρεπε να καλυφθεί ήταν πάνω από τρεις χιλιάδες χιλιόμετρα μέσα στους πάγους! Οι άνθρωποι πολύ συχνά ονειρεύονται να κάνουν πράγματα τα οποία δεν έχει σκεφτεί ή δεν έχει αποτολμήσει να κάνει κάποιος άλλος πριν απ᾽ αυτούς. Κάποιοι άλλοι αντιγράφουν ή επαναλαμβάνουν τα εγχειρήματα άλλων, στην προσπάθειά τους να πετύχουν ένα νέο ρεκόρ και όλα αυτά γί-

νονται επειδή είναι στη φύση του ανθρώπου να προσπαθεί να υπερνικά τέτοιου είδους προκλήσεις.

Έτσι λοιπόν και ο Σερ Έρνεστ Σάκλφοροντ με την ομάδα του, αποφάσισαν να ξεκινήσουν αυτή την αποστολή. Όμως, για κακή τους τύχη, το πλοίο που τους μετέφερε στην Ανταρκτική προσέκρουσε σ᾽ ένα παγόβουνο και βυθίστηκε αλλά με τη Χάρη του Θεού οι επιβάτες γλίτωσαν. Όταν βρέθηκαν μέσα στην παγωμένη θάλασσα περιβαλλόμενοι από μεγάλους όγκους πάγων που επέπλεαν άρχισαν να σκαρφαλώνουν πάνω σε αυτούς, προσπαθώντας σιγά σιγά να πλησιάσουν κάποια στεριά ενώ συγχρόνως τραβούσαν ένα σκοινί με μια πολύ βαριά σωστική λέμβο, την οποία είχαν καταφέρει να περισώσουν. Κάποια στιγμή βρέθηκαν σ᾽ ένα σημείο που η θάλασσα δεν είχε πάγους. Τότε μπήκαν όλοι μέσα στη σωστική λέμβο. Αγωνίστηκαν για να επιβιώσουν, μολονότι τα κύματα γύρω τους ήταν τεράστια! Αν και στην αρχή πίστευαν ότι είναι αδύνατον να σωθούν, εντούτοις μετά από πολλές προσπάθειες, κατάφεραν να φθάσουν σ᾽ ένα παγωμένο νησί αποσκελετωμένοι και ταλαιπωρημένοι από το κρύο σε σημείο που ακόμη και οι φίλοι τους, ήταν αδύνατο να τους αναγνωρίσουν. Όταν τους ρώτησαν πώς κατάφεραν να επιζήσουν μέσα από τέτοιες δυσκολίες, εκείνοι εκμυστηρεύτηκαν στους φίλους τους ότι μέσα σε όλες αυτές τις τρομερές αντιξοότητες είχαν διαρκώς την αίσθηση ότι κάποια αόρατη Δύναμη τούς καθοδηγούσε και τους προστάτευε. Μπορείτε να φαντασθείτε τι πέρασαν αυτοί οι άνθρωποι όλο αυτό το διάστημα!

Πολλές φορές έχει χρειαστεί να καταβάλουμε μεγάλες προσπάθειες απλώς και μόνο για να ελευθερώσουμε την είσοδο του σπιτιού μας που έχει καλυφθεί από το χιόνι και να φθάσουμε μέχρι το δρόμο. Γνωρίζουμε πόσο δύσκολο είναι να κινηθεί και να λειτουργήσει κάποιος σε τέτοιες συνθήκες. Αν λοιπόν για λίγα μέτρα απόστασης χρειάζεται τόσος αγώνας, τι να πούμε για την απόσταση που διάνυσαν αυτά τα άτομα! Μας φαίνεται κάτι εντελώς αδύνατο να πραγματοποιηθεί. Πώς μπορεί να επιβιώσει ένας άνθρωπος μέσα σε τέτοιες συν-

θήκες; Στην πραγματικότητα είναι αδύνατο να τα καταφέρει κάποιος βασιζόμενος μόνο στις δικές του φυσικές δυνάμεις. Ως οντότητες είμαστε πολύ ευαίσθητοι και εντελώς ανυπεράσπιστοι μπροστά στα στοιχεία της φύσης. Εκείνο όμως που μας παρέχει την ικανότητα και το θάρρος που χρειαζόμαστε για να αντιμετωπίζουμε τις δυσκολίες της ζωής είναι η Δύναμη του Θεού που όλοι κρύβουμε μέσα μας.

Όλοι μας κάποια στιγμή χρειάστηκε να αντιμετωπίσουμε δύσκολες καταστάσεις σε φυσικό επίπεδο. Υπήρξαν περιπτώσεις που πραγματικά είχαμε αναρωτηθεί πώς ήταν δυνατό να τις αντιπαρέλθουμε και όμως στο τέλος κατάφεραμε να επιβιώσουμε. Κάθε εμπειρία αυτού του είδους αποτελεί μίαν απόδειξη για την ύπαρξη μιας ανώτερης δύναμης που είναι πάντοτε στο πλευρό μας. Δεν είμαστε ποτέ μόνοι μας. Ο Θεός είναι πάντοτε μαζί μας.

Κάθε φορά επομένως που πρέπει να ξεπεράσουμε κάποια δυσκολία την οποία τη θεωρούμε ανυπέρβλητη, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι δεν καλούμαστε να την αντιμετωπίσουμε μόνοι μας. Το αόρατο χέρι του Θεού είναι πάντοτε μαζί μας. Μπορεί εμείς να μην Τον βλέπουμε, ο Θεός όμως αναμφίβολα είναι παρών. Πολλές φορές μάλιστα αισθανόμαστε αυτή την παρουσία και η αίσθηση αυτή γίνεται εντονότερη όσο αναπτύσσουμε τη δεκτικότητα μας. Ανεξάρτητα λοιπόν αν το αντιλαμβανόμαστε ή όχι, ο Θεός είναι παντού και πάντα παρών.

Κάθε φορά που βρισκόμαστε μπρος στα προβλήματα που έχουμε να αντιμετωπίσουμε, θα πρέπει να θυμόμαστε ότι έχουν υπάρξει κι άλλοι άνθρωποι, οι οποίοι είχαν ακόμη μεγαλύτερα προβλήματα και χρειάστηκαν πολύ μεγαλύτερο αγώνα για να αντέξουν. Τελικά όμως τα κατάφεραν. Ο Θεός πάντοτε παρών, μάς καθοδηγεί στη ζωή. Ό,τι κι αν μας συμβαίνει βρισκόμαστε στα χέρια Του. Εμείς οφείλουμε να κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε και να αφήνουμε τα υπόλοιπα σ' Εκείνον.

Υπάρχει ένα πολύ ενδιαφέρον περιστατικό που συνέβη στον Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και το νεαρό τότε γιο του, Ντάρσαν. Κάποτε, ταξίδευαν οι δυο τους με αυτοκίνητο. Επειδή όμως το

αυτοκίνητο ήταν σαν να το είχαν βουτήξει στη λάσπη, σταμάτησαν κάπου για να το πλύνουν. Το πλύσιμο το ανέλαβε ένα γέροντας Μουσουλμάνος που όταν τέλειωσε, πληρώθηκε για τον κόπο του. Καθώς ετοιμάστηκαν να μπουν στο αυτοκίνητο για να φύγουν παρατήρησαν ότι ο Μουσουλμάνος σε κάποιο σημείο είχε ξεχάσει να το καθαρίσει και του υπέδειξαν να πλύνει και το σημείο αυτό. Όταν τέλειωσε, ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ προσφέρθηκε να του δώσει επιπλέον χρήματα. Ο γέροντας όμως αρνήθηκε παρά την επιμονή τού Σαντ Ντάρσαν και του είπε: «Για σήμερα έχω ήδη αρκετά χρήματα. Αύριο, έχει ο Θεός». Ο άνθρωπος αυτός είχε την πεποίθηση ότι ο Θεός δε θα τον άφηνε έτσι.

Προσέξτε! Αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να καθόμαστε με σταυρωμένα τα χέρια. Δε σημαίνει ότι δεν έχουμε χρέος να δουλεύουμε, γιατί, αν ίσχυε κάτι τέτοιο, τότε θα ζούσαμε σε βάρος των άλλων. Θα πρέπει οπωσδήποτε να βάλουμε τα δυνατά μας να βρούμε μια δουλειά και μετά να εργαζόμαστε όσο καλύτερα μπορούμε, χωρίς όμως να χάνουμε την ηρεμία μας και χωρίς να ανησυχούμε. Αυτή είναι η διαφορά. Πρέπει να εργαζόμαστε, πρέπει να ανταποκρινόμαστε στις οικογενειακές μας υποχρεώσεις, πρέπει να εξυπηρετούμε τους άλλους αλλά, ενώ τα κάνουμε όλα αυτά, δεν πρέπει να ανησυχούμε ούτε να στεναχωριόμαστε για ό,τι συμβεί. Θα πρέπει να αφήνουμε το αποτέλεσμα στα χέρια του Θεού. Κάποιες φορές τα πράγματα κυλούν ομαλά, ενώ άλλες δεν έρχονται όπως τα θέλουμε. Αν όμως έχουμε εμπιστοσύνη στο Θεό, θα ξέρουμε ότι τόσο οι καλές όσο και οι κακές στιγμές είναι στα χέρια Του.

Ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ έδινε συχνά το παράδειγμα κάποιου που ταξιδεύει με το τρένο και έλεγε: Τι είναι καλύτερο, να κρατάει τις αποσκευές του στα χέρια, όση ώρα το τρένο ταξιδεύει ή να τις αφήσει στο χώρο των αποσκευών και να χαλαρώσει; Ο Θεός είναι ο μηχανοδηγός του τρένου της ζωής μας κι εμείς είμαστε απλώς οι επιβάτες. Θα πρέπει επομένως να δείχνουμε εμπιστοσύνη στο Θεό και να Τον αφήνουμε να φροντίζει Εκείνος για τα προβλήματά μας. Είναι γε-

γονός ότι πρέπει να κάνουμε ό,τι μπορούμε για να τα επιλύουμε αλλά θα πρέπει να αφήνουμε τα υπόλοιπα σ' Εκείνον. Ας μην επιτρέπουμε σε τίποτα να διαταράσσει την ηρεμία του νου μας, γιατί τότε η σκέψη μας δε θα είναι πια στο Θεό αλλά στα προβλήματά μας.

Οι άνθρωποι, σ' αυτή την επιστημονική εποχή που ζούμε, δεν ικανοποιούνται από τα ευρήματα των άλλων ούτε βασίζονται μόνο σ' αυτά. Η σύγχρονη επιστήμη μάς διδάσκει ότι, προκειμένου να πιστέψουμε κάτι, πρέπει να το δούμε με τα ίδια μας τα μάτια. Επομένως και σ' αυτή την περίπτωση, για να είμαστε απόλυτα ικανοποιημένοι, πρέπει να έχουμε προσωπική εμπειρία της παρουσίας του Θεού. Αυτό μπορεί να γίνει όταν εισέλθουμε στα Πνευματικά επίπεδα, μέσω του διαλογισμού.

Από τη στιγμή που θα ενωθούμε ξανά με το Θεό, θα είμαστε μονίμως συντονισμένοι με τον Ιερό Λόγο ή Νάαμ. Αυτή η ένωσή μας με τη Θεία Δύναμη μάς βοηθάει να ξεπεράσουμε κάθε φόβο και να αποκτήσουμε πλήρη εμπιστοσύνη στο Θεό, αφού αρχίζουμε να βλέπουμε παντού την παρουσία Του. Επιπλέον, δε θα είμαστε αναγκασμένοι να βασιζόμαστε στην τυφλή πίστη, μιας και θα έχουμε πλέον πεποίθηση για την Αγάπη του Κυρίου και τότε θα αποκτήσουμε μια ανώτερη αίσθηση δύναμης και αφοβίας μπροστά σε κάθε δυσκολία.

Ας κάνουμε λοιπόν μια προσπάθεια να ζούμε κατ' αυτόν τον τρόπο. Ας προσπαθήσουμε να παραμένουμε προσηλωμένοι στο Θεό. Ας έχουμε απόλυτη πίστη και εμπιστοσύνη στον Κύριο κι ας αποθέτουμε τα προβλήματά μας στα πόδια Του. Κάθε στιγμή της ζωής μας καλούμαστε να επιλέγουμε ανάμεσα σε δύο. Ή να αποσπούν την προσοχή μας τα προβλήματά μας ή να μας τραβάει ο Θεός κοντά Του. Ας αφήσουμε λοιπόν τα λόγια του Ησαΐα να φωλιάσουν μέσα στην καρδιά μας. Ακόμα κι ένα παιδί μπορεί να μάθει αυτό το δίδαγμα. Θα πρέπει να στρεφόμαστε στο Θεό και να Τον εμπιστευόμαστε απόλυτα, γιατί τότε θα αποκτήσουμε τέλεια γαλήνη και ηρεμία.

Ας καθίσουμε σε διαλογισμό κι ας στρέψουμε την προσοχή μας στο Θεό. Ας μην κάνουμε σκέψεις για το παρελθόν και το

μέλλον, αλλά να ζούμε το παρόν και να περιμένουμε τη Χάρη του Κυρίου να μας πλημμυρίσει. Κάθε πρωί που ξυπνάμε, ας αποθέτουμε όλες μας τις ελπίδες στο Θεό κι ας δούμε τη ζωή μας με αισιοδοξία, ξέροντας ότι βρισκόμαστε μονίμως μέσα στη στοργική αγκαλιά Του. Εμπιστευτείτε το Θεό και θα βιώσετε τέλεια γαλήνη και ηρεμία.



16. Αφοσίωση και δεκτικότητα

Στην προσπάθειά μας να κατανοήσουμε, αλλά και να εφαρμόσουμε στην πράξη τα διδάγματα των μεγάλων αγίων, διαπιστώνουμε ότι υπάρχουν πολλές πτυχές του Πνευματικού Μονοπατιού που χρειάζεται να τις αφομοιώσουμε και να τις χαράξουμε ανεξίτηλα στην ίδια μας την ύπαρξή. Τέτοιες πτυχές είναι για παράδειγμα το πώς, να διαθέτουμε το χρόνο μας στην καθημερινή μας ζωή, πώς να αντιμετωπίζουμε τους ανθρώπους με τους οποίους ερχόμαστε σε επαφή, πώς μπορούμε να βελτιωνόμαστε στον τομέα της ηθικής διαβίωσης κάθε μέρα που περνάει και πώς μπορούμε να επωφεληθούμε από τη φυσική παρουσία του Διδασκάλου μας.

Η διαφορετική προσέγγιση της Πνευματικότητας

Ο καθένας μας αντιλαμβάνεται το Μονοπάτι με ένα διαφορετικό τρόπο. Στην Ανατολή, σαν προϋπόθεση της Πνευματικής προόδου θεωρείται η άσκηση του διαλογισμού. Αυτό που επιδιώκουν οι αναζητητές είναι να "μπούνε μέσα τους". Οι άνθρωποι που κατοικούν σ' αυτό το πολιτιστικό περιβάλλον πιστεύουν ότι όλα όσα συμβαίνουν στη ζωή μας οφείλονται στη Χάρη του Θεού, οπότε και οι προσπάθειες που καταβάλλουν, για να πετύχουν αυτό που προσδοκούν, δε γίνονται με γνώμονα να γίνει αυτό που οι ίδιοι επιθυμούν αλλά να αξιωθούν της Χάρης του Θεού. Παρατηρώντας τη ζωή των ανθρώπων που έχουν ανατραφεί σ' αυτό το πολιτιστικό περιβάλλον, στο οποίο πρωτοεμφανίστηκαν τα διδάγματα των μεγάλων αγίων, διαπιστώνουμε ως κυρίαρχο γνώρισμά τους την πίστη ότι ο Θεός καθοδηγεί τη ζωή τους. Αυτή είναι η πίστη και πολλών ανθρώπων εδώ στην Ινδία που θεωρούν πως η βοήθεια που φτάνει σ' εμάς από το Θεό, έρχεται μέσω του Διδασκάλου και είναι πάντοτε παρούσα. Αντιλαμβάνονται ότι από μόνοι μας, χωρίς βοήθεια και καθοδήγηση, δεν είμαστε σε θέση να

ξεπεράσουμε τις δυσκολίες που συναντάμε ως άνθρωποι στη ζωή μας. Παρατηρώντας λοιπόν όσους ακολουθούν το Μονοπάτι της Πνευματικότητας σ' αυτήν τη χώρα, διαπιστώνουμε ότι δίνουν μεγάλη έμφαση στη "λυρική ή θεία ματιά" του Διδασκάλου, στην *"ντάρσαν"* του, όπως λέγεται. Πιστεύουν πως από μόνοι τους είναι πολύ δύσκολο ακόμη και να καθίσουν σε διαλογισμό και πως η καθοδήγηση του Διδασκάλου είναι αναγκαία για να μπορέσουν να "μπούν μέσα τους". Το να είναι λοιπόν ανοιχτοί και έτοιμοι να λάβουν καθοδήγηση από τον Πνευματικό τους Διδάσκαλο, θεωρείται αναγκαία προϋπόθεση για τους ανθρώπους σ' αυτή την περιοχή του κόσμου.

Σε όσους προέρχονται από τη Δύση, αυτή η προσέγγιση του Μονοπατιού γίνεται δύσκολα αντιληπτή. Προερχόμαστε από ένα κοινωνικό και πολιτιστικό περιβάλλον που εστιάζει την προσοχή του στην ατομική διάκριση. Με δεδομένο λοιπόν ότι ανατραφήκαμε σ' αυτό το περιβάλλον, μας έμαθαν ότι η επίτευξη των επιθυμητών αποτελεσμάτων βασίζεται στις δικές μας προσπάθειες. Ωστόσο, αν εμβαθύνουμε στα θέματα της πνευματικότητας, θα αντιληφθούμε αυτό που θέλουν να πουν οι μεγάλοι άγιοι. Μας λένε ότι πράγματι εμείς πρέπει να καταβάλουμε τη μέγιστη δυνατή προσπάθεια αλλά δε θα πρέπει να δενόμαστε με το αποτέλεσμα. Αν συνδεσουμε τις προσπάθειές μας με το αποτέλεσμα που πρέπει κατά τη γνώμη μας να φέρουν οι προσπάθειές μας, τότε η σύνδεση αυτή πιθανώς θα αποτελέσει αφετηρία απογοήτευσής μας, γιατί, αν το αποτέλεσμα δεν είναι αυτό που προσδοκάμε, θα νιώσουμε απογοήτευση, κατάθλιψη και απελπισία και κάτω από αυτές τις συνθήκες, η καθοδήγηση που μας παρέχεται και η δεκτικότητά μας στα πνευματικά ζητήματα θα είναι ελαττωμένη.

Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να καταλάβουμε ότι έχουμε ανάγκη από τη Χάρη του Θεού και ότι είναι απαραίτητο να είμαστε δεκτικοί σ' αυτήν τη Χάρη. Η Χάρη του Θεού φθάνει σ' εμάς με πάρα πολλούς τρόπους, από τους οποίους κάποιους τους αντιλαμβανόμαστε και κάποιους άλλους δεν τους καταλαβαίνουμε ποτέ. Αν η δεκτικότητά μας είναι ελαττωμένη, δε

θα μπορέσουμε να κερδίσουμε τίποτα από την Πηγή που συνεχώς μας προσφέρει την απαιτούμενη βοήθεια και καθοδήγηση. Για την Πνευματική μας πρόοδο είναι αναγκαία μια ζωή ταπεινότητας και δεκτικότητας.

Τι είναι η δεκτικότητα

Όπου κι αν ταξίδεψα, σ' ολόκληρο τον κόσμο, οι άνθρωποι με ρωτούσαν τι είναι η δεκτικότητα. Δεκτικότητα είναι η ακράδαντη πίστη μας στο Θεό. Η πίστη πως οτιδήποτε μας συμβαίνει στη ζωή είναι για το καλό μας. Είναι η πίστη ότι ο Θεός γνωρίζει καλύτερα. Η πίστη μάς βοηθάει να ξεπερνάμε πολλές δοκιμασίες και βάσανα καθώς και τα σκαμπανεβάσματα της ζωής. Όσο εξελίσσουμε τη συνειδητότητά μας και ερχόμαστε σε επικοινωνία με το Φως και τον Ήχο του Θεού, η πίστη μας στο Θεό αυξάνεται. Η πίστη προέρχεται από την ψυχή. Ο νους αντίθετα μπερδεύει τα πράγματα, με αποτέλεσμα να μας κλονίζει και να μας κάνει να χάνουμε την πίστη μας στο Θεό.

Στην πραγματικότητα δε γνωρίζουμε ποιο ακριβώς είναι το καλό μας. Μπορεί να νομίζουμε ότι ξέρουμε και να ζούμε σύμφωνα με τις δικιές μας αντιλήψεις. Όταν όμως τα πράγματα δεν έρθουν όπως τα σχεδιάζουμε, είναι αναγκαίο να αντιληφθούμε ότι κάπου πρέπει να υπάρχει μια Ανώτερη Δύναμη που γνωρίζει καλύτερα. Υπάρχει ο Παντοδύναμος Θεός που έφερε σε ύπαρξη τη Δημιουργία, που ρυθμίζει τα πάντα και ξέρει τι είναι καλύτερο για όλους μαζί και για τον καθένα χωριστά. Δεκτικότητα λοιπόν είναι το να έχουμε πίστη σ' αυτήν τη Δύναμη, στο Δημιουργό. Αν δεν έχουμε απόλυτη πίστη σε Αυτόν, δεν μπορούμε να κάνουμε βήματα προς την κατεύθυνσή Του. Η πίστη πηγάζει από την εμπειρία και όχι από τα λόγια. Όσο περισσότερο ερχόμαστε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού, τόσο περισσότερο η πίστη μας θα γίνεται ακλόνητη. Και σημειώστε ότι η πίστη, μάς βοηθάει σε κάθε

τομέα της ζωής. Ο συνειδητός τρόπος ζωής και η πίστη είναι μεγέθη ευθέως ανάλογα. Αν είμαστε δεκτικοί στο Θείο Θέλημα, ακόμη κι όταν έχουμε να αντιπαλέψουμε με δοκιμασίες και βάσανα στη φυσική μας ζωή, θα περάσουμε μέσα απ᾽ αυτά με ηρεμία. Όλοι είμαστε παιδιά του ίδιου Θεού. Κανένας γονιός δεν επιθυμεί να υποφέρει το παιδί του. Ο παγκόσμιος Πατέρας πάντοτε θα κάνει αυτό που είναι καλό για μας. Άρα, ό,τι κι αν αντιμετωπίζουμε, θα πρέπει να αντλούμε δύναμη από τη γνώση ότι ο Θεός μάς το δίνει.

Μπορείτε να είστε δεκτικοί μόνον όταν είστε ταπεινοί. Αν είστε εγωιστές, αν έχετε μεγάλη ιδέα για τον εαυτό σας, αν νομίζετε ότι τα ξέρετε όλα, αν πιστεύετε ότι δεν υπάρχει κανείς καλύτερος από σας, αν έχετε την ψευδαίσθηση ότι τα αποτελέσματα που πετυχαίνετε οφείλονται στις ανυπέρβλητες προσωπικές σας προσπάθειες, αν έχετε την εντύπωση ότι είσαστε πιο έξυπνοι απ᾽ όλους τους άλλους γύρω σας, αυτό που συμβαίνει είναι ότι δε σας μένει καθόλου χώρος για να δεχθείτε τίποτα. Αν δεν είστε ταπεινοί, δε θα είστε σε θέση να επωφεληθείτε από τίποτα. Ας πάρουμε ένα παράδειγμα από τον εξωτερικό κόσμο. Ας υποθέσουμε ότι θέλετε να μάθετε φυσική. Αν πιστεύετε ότι ξέρετε περισσότερα από τον καθηγητή σας, δεν πρόκειται να κερδίσετε τίποτα από το μάθημα που κάνει. Αν νομίζετε ότι ήδη ξέρετε όλα όσα ακούτε, δε θα είστε προσεκτικοί και θα σας ξεφύγουν σημαντικά πράγματα που αναφέρει ο καθηγητής, με συνέπεια να μην κερδίσετε κάτι επιπρόσθετο σ᾽ αυτά που ήδη ξέρετε. Ενδεχομένως να έχετε πολλές γνώσεις, όμως δε θα ωφεληθείτε από κάτι καινούριο. Το να είστε λοιπόν ταπεινοί και δεκτικοί, τουλάχιστον έτσι όπως το αντιλαμβάνομαι, είναι το ίδιο πράγμα.

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ τόνιζε επανειλημμένα ότι «το 99,9% της ταπεινότητας βρίσκεται στη ζωή των Αγίων». Προσπαθούμε να καταλάβουμε τι εννοούσε, γιατί, αν το 99,9% της ταπεινότητας βρίσκεται στη ζωή των αγίων, τότε δεν περισσεύει τίποτα για μας. Το να είμαστε αληθινά ταπεινοί σημαίνει να είμαστε δεκτικοί στο Θείο Θέλημα, κι αυτό με τη σειρά

του σημαίνει να ζούμε και για το καθετί να λέμε «γλυκό και ευπρόσδεκτο το Θέλημά σου Κύριε». Εμείς απλώς μιλάμε για αυτοπαράδοση στο Θείο Θέλημα, χρειάζεται όμως να την κάνουμε αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας. Αν λοιπόν ζούμε χωρίς να είμαστε δεκτικοί, δε θα μπορέσουμε να προχωρήσουμε και να πετύχουμε τους πνευματικούς μας στόχους και αντίθετα θα μείνουμε στάσιμοι εκεί που είμαστε, αφού, αν δεν είμαστε δεκτικοί, δεν μπορούμε να κερδίσουμε κάτι παραπάνω. Ακόμη και το να συντηρηθούμε στην κατάσταση που ήδη βρισκόμαστε απορροφά μεγάλο μέρος του χρόνου και των προσπαθειών μας.

Το να είστε δεκτικοί, το να έχετε αφοσίωση, πίστη και ταπεινότητα, όλα είναι αλληλένδετα. Το ένα δεν είναι διαφορετικό από το άλλο. Αν έχετε εγωισμό, δεν μπορείτε να είστε ταπεινοί. Αν δεν είστε ταπεινοί, δεν μπορείτε να είστε δεκτικοί. Αν δεν έχετε πίστη στο Θεό και στο Διδάσκαλο, δεν μπορείτε να ωφεληθείτε απ᾽ αυτούς. Αν δεν έχετε εμπιστοσύνη και πίστη στον καθηγητή σας στο σχολείο, τι μπορείτε να κερδίσετε απ᾽ αυτόν; Αν επίσης δεν έχετε αφοσίωση και δε βάλετε όλη σας την προσοχή στον τομέα που θέλετε να εξελιχθείτε, τότε δεν πρόκειται να ξεχωρίσετε και να διακριθείτε. Έτσι όπως τουλάχιστον το αντιλαμβάνομαι, όλα αυτά συνδέονται μεταξύ τους. Αυτή η αντίληψη, η κατανόηση και η αίσθηση έρχονται από μέσα μας, όταν έχουμε πίστη στο Θεό. Γιατί στη Χάρη του Θεού οφείλεται το γεγονός ότι έχουμε λάβει το ανθρώπινο σώμα, στη Χάρη του Θεού οφείλεται το ότι βιώνουμε το θείο μέσα μας, στη Χάρη του Θεού οφείλεται που, μολονότι ζούμε στους κόσμους της απατηλότητας ή της μάγια, η προσοχή μας στρέφεται προς τη σωστή κατεύθυνση και μπορούμε να εξελιχθούμε πνευματικά και να φτάσουμε στο στόχο μας σε τούτη τη ζωή. Να μπορέσουμε δηλαδή να γνωρίσουμε όχι μόνον τον εαυτό μας, αλλά και να συγχωνευτούμε με τον ίδιο το Θεό. Το να έχουμε λοιπόν πίστη, αφοσίωση και δεκτικότητα είναι το κλειδί, για να μπορούμε να βρισκόμαστε στη ζωή σε μια κατάσταση χαράς και ευτυχίας.

Ξεπερνώντας τις δυσκολίες της ζωής

Ο νους πάντοτε προσπαθεί να προκαλέσει την πτώση μας και πάντοτε προσπαθεί να δημιουργήσει έναν ιστό και να μας παγιδέψει, έτσι ώστε η προσοχή μας να απομακρύνεται συνεχώς από το θείο. Χρειάζεται λοιπόν η στάση μας να είναι τέτοια, που να μην πέφτουμε στις παγίδες του νου. Αν έχουμε απόλυτη πίστη στο Θεό, τότε είναι σίγουρο ότι θα μπορέσουμε να ξεπεράσουμε κάθε δυσκολία που νομίζουμε ότι συναντάμε στη ζωή μας.

Όταν τα πράγματα έρχονται όπως τα θέλουμε, οι περισσότεροι είμαστε χαρούμενοι. Αν όμως έρθουν αντίθετα απ᾽ αυτό που επιθυμούμε, αυτό που προσδοκάμε ή αυτό που θεωρούμε ότι πρέπει να γίνει, ρίχνουμε το φταίξιμο στο περιβάλλον μας. Αρχίζουμε να θυμώνουμε με τη ζωή και φτάνουμε να θυμώσουμε ακόμα και με το Δημιουργό, επειδή δε μας δίνει αυτό που πιστεύουμε ότι δικαιωματικά μας ανήκει. Στη ζωή θα έρθουν και ταραγμένες περίοδοι και θα αντιμετωπίσουμε πολλά σκαμπανεβάσματα. Το 75% των γεγονότων της ζωής μας εδώ στη γη βασίζονται στο πραλάμπντ κάρμα (*το πεπρωμένο*), που είναι το αποτέλεσμα δραστηριοτήτων που βιώσαμε σε περασμένες μας ενσαρκώσεις. Τα αποτελέσματα λοιπόν απ᾽ αυτές τις πράξεις θα εμφανιστούν στη ζωή μας, ανεξάρτητα από το αν αυτά μας αρέσουν ή όχι, ανεξάρτητα από το αν τα αναμέναμε ή όχι και ανεξάρτητα από το γενικό πλαίσιο της ζωής μας. Όλα όμως θα έρθουν για να φύγουν. Εκείνο που έχει αξία είναι ο τρόπος που αντιμετωπίζουμε αυτές τις καταστάσεις.

Αν για παράδειγμα είστε άρρωστοι κι έχετε ανεβάσει υψηλό πυρετό, 39 ή 40 βαθμούς, κάποιοι θα διαμαρτυρηθούν που ψήνονται στον πυρετό και θα πουν: «Τα πάντα είναι δύσκολα γύρω μου. Ούτε να ντυθώ δεν μπορώ» και άλλα παρόμοια. Κάποιοι άλλοι θα πάρουν τα φάρμακά τους και θα πουν: «Εντάξει, άντε να δούμε τώρα πώς ξεμπερδεύουμε μ᾽ αυτό». Τέλος, κάποιοι άλλοι απλά θα χωθούν στο κρεβάτι, χωρίς να πουν κουβέντα. Ο τρόπος λοιπόν που αντιδράμε στις δυ-

σκολίες που αντιμετωπίζουμε διαφέρει. Αν αντιληφθούμε ότι ο πυρετός είναι κάτι το οποίο είναι αναγκαίο να υποστούμε, τότε θα μπορέσουμε να τον αντιμετωπίσουμε με ψυχραιμία, θεωρώντας ότι είναι κάτι που θα περάσει. Αν εξετάσουμε ψύχραιμα τα γεγονότα, ίσως αντιληφθούμε ότι αυτό μας συνέβη επειδή πιθανότατα εκτεθήκαμε στο κρύο πολλή ώρα ή για κάποιον άλλο λόγο. Έτσι, την επόμενη φορά θα είμαστε πιο προσεκτικοί.

Όμως κάθε φορά που έχουμε πυρετό δεν είναι απαραίτητο αυτό να οφείλεται στο "πραλάμπντα κάρμα". Μπορεί να οφείλεται σε κάποια απερισκεψία ή σε κάποια αμέλειά μας. Αυτό που έχει σημασία είναι να ζούμε με θετικό τρόπο, αποφεύγοντας τη μελαγχολία κάθε φορά που έχουμε αναποδιές. Προσέξτε το αυτό, γιατί είναι πολύ σημαντικό. Διαφορετικά ο νους θα κλέψει ό,τι καλύτερο έχουμε κι έτσι θα πιαστούμε στα δίχτυα του, από τα οποία δεν μπορούμε εύκολα να ξεφύγουμε. Στην πορεία θα νιώθουμε ανήσυχοι και θα ρωτάμε χίλια δυο "γιατί". Κάτω απ' αυτές τις συνθήκες δεν μπορούμε να διαλογιστούμε, δεν μπορούμε να απολαύσουμε την παρουσία του Διδασκάλου, δεν μπορούμε να χαρούμε καμιά άλλη μας δραστηριότητα και γενικά η διάθεσή μας είναι άσχημη.

Όσο ζούμε σ' αυτόν τον κόσμο έχουμε να αντιμετωπίσουμε πολλές δυσκολίες και προβλήματα, από τα οποία άλλα μπορεί να είναι οικονομικής φύσης, άλλα συναισθηματικής φύσης ή άλλα ενδέχεται να αφορούν την υγεία μας. Μην επικεντρώνεστε στα προβλήματά σας. Η προσοχή σας θα πρέπει να εστιάζεται κατά κύριο λόγο στο Θεό και στο Φως και τον Ήχο του Θεού. Όσο λοιπόν η προσοχή μας θα εστιάζεται σ' Εκείνον όλο και πιο πολύ, ακόμα κι όταν συμμετέχουμε ενεργά στις δραστηριότητες του κόσμου, θα μαθαίνουμε με τον καιρό να αποστασιοποιούμαστε και τότε θα είμαστε σε θέση κάθε φορά να αντεπεξερχόμαστε σε όλες τις καταστάσεις. Αν εστιάζουμε την προσοχή μας μόνο στα προβλήματά μας, τότε μικρά-μικρά προβλήματα θα γίνονται μεγάλα και αξεπέραστα.

Υπάρχουν δυο τρόποι να αντιμετωπίζουμε τα προβλήματά

μας. Ο ένας είναι να πολεμάμε το πρόβλημα. Ο άλλος είναι να φτάσουμε σε μια κατάσταση όπου, αντί να πολεμάμε το πρόβλημα, να μάθουμε να τα βγάζουμε πέρα και να το αντιμετωπίζουμε με τρόπο που να μη μας ενοχλεί. Η καλύτερη λύση λοιπόν, δεν είναι να πολεμάμε με κάθε πρόβλημα. Η λύση βρίσκεται στην αποδοχή της Θείας Θέλησης. Αποδεχτείτε λοιπόν και χειριστείτε το κάθε πρόβλημα έτσι που να μη σας ενοχλεί.

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ ονόμαζε το Μονοπάτι του Σαντ Ματ, "Μονοπάτι Θετικού Μυστικισμού". Έλεγε ότι είναι ένα μονοπάτι ευτυχίας, Εσωτερικής και εξωτερικής. Η εξωτερική ευτυχία, γενικά, εξαρτάται από την Εσωτερική ευτυχία. Αν δε νιώθουμε μέσα μας ευτυχισμένοι, ήρεμοι και πλήρεις, τότε τα πάντα γύρω μας, στον εξωτερικό κόσμο, θα είναι σε αναταραχή. Γι' αυτό δίνουμε τόση έμφαση στην Εσωστροφή και στο να μπορέσουμε να έρθουμε σε επαφή με την Πηγή όλης της ευτυχίας, της χαράς, της ειρήνης και της μακαριότητας, η οποία είναι ενσωματωμένη μέσα μας. Πρέπει να συμμετέχουμε στη συλλογή των θησαυρών της θειότητας, που προέρχονται απ' αυτήν την Πηγή της χαράς και της ευτυχίας, αντί να μπερδευόμαστε στα δίχτυα της μάγια ή της ψευδαίσθησης του εξωτερικού κόσμου. Ο νους προσπαθεί πάντοτε να μας κρατήσει μακριά από την αλήθεια. Θα κάνει τα πάντα, ώστε ο χρόνος που έχουμε στη διάθεσή μας σε τούτη τη ζωή να πάει χαμένος και να μην τον αφιερώσουμε στον αγώνα να ανακαλύψουμε ποιοι είμαστε, να μην τον αφιερώσουμε στην πνευματική μας πρόοδο και στην προσπάθεια να φτάσουμε στο στόχο μας, που είναι η ένωση της ψυχής μας με τον Κύριο σ' αυτήν μας τη ζωή.

Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να αντιληφθούμε με τι έχουμε να κάνουμε. Είναι πολύ σημαντικό να καταλάβουμε τις δυσκολίες που προκαλεί ο νους στη ζωή μας και οφείλουμε να τις αντιμετωπίζουμε με εύθυμη διάθεση και με τέτοιο τρόπο που θα μας επιτρέψει να φτάσουμε στο στόχο μας και να εκπληρωθούν τα όνειρά μας. Φροντίστε λοιπόν ώστε αυτά τα διδάγματα να γίνουν αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής σας και να επωφεληθείτε απ' αυτά όσο πιο πολύ μπορείτε.

Τα διδάγματα των αγίων είναι δώρα του Θεού, κι αυτός είναι ο λόγος που παρέχονται δωρεάν. Δεδομένου λοιπόν ότι αυτά βρίσκονται στη διάθεσή μας, σ' εμάς έγκειται να επωφεληθούμε με τον καλύτερο τρόπο και να βοηθήσουμε τον εαυτό μας να πετάξει ψηλά, στις πνευματικές περιοχές. Ο χρόνος συνεχώς τρέχει προς τα εμπρός, χωρίς να σταματάει για κανέναν από μας που ζει σ' αυτόν τον κόσμο, ο οποίος βασίζεται στο χρόνο. Επομένως όσο πιο πολύ αξιοποιούμε το χρόνο μας, τόσο πιο καλά θα νιώθουμε. Το να είμαστε δεκτικοί είναι σημαντικότατο. Γινόμαστε δεκτικοί μόνον όταν έχουμε πίστη και αφοσίωση, διαφορετικά κανείς δεν μπορεί να είναι δεκτικός. Όλα αυτά είναι αλληλένδετα.

Ο ρόλος της διάνοιας στην πνευματική μας πρόοδο

Οι άγιοι και οι μύστες μας λένε ότι αυτό το Μονοπάτι δεν είναι ένα μονοπάτι που ακολουθείται με τη διάνοια, μολονότι προσπαθούμε να το κάνουμε "ενδιαφέρον" για τη διάνοια. Αυτό που είναι σαφές στις παραδόσεις του Σαντ Ματ είναι ότι, εφόσον θέλουμε να φτάσουμε στο Θεό και θέλουμε να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, η ανάλυση δεν πρόκειται να μας βοηθήσει. Η χρήση της διάνοιας δεν πρόκειται να μας οδηγήσει στον τελικό μας στόχο. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ είπε σε κάποιους στίχους του:

«Ω φίλε! μίλα στη φλύαρη διάνοια
για την τρέλα της Αγάπης.
Γιατί η Αγάπη είναι Φως
και τίποτ' άλλο από Φως.»

Αυτό που αναφέρει εδώ ο ποιητής είναι ότι η φώτιση είναι μια κατάσταση απόλυτης μέθης. Στον πρώτο στίχο μάς παροτρύνει να τρέξουμε και να πούμε στους διανοούμενους ότι θα πρέπει να αγωνιστούν να φτάσουν σε μια κατάσταση

πνευματικής αφύπνισης και πνευματικής συνειδητότητας. Η κατάσταση της απόλυτης μέθης είναι μια κατάσταση πέρα από τα όρια της διάνοιας. Είναι μια κατάσταση που είμαστε απόλυτα μουσκεμένοι από την Αγάπη του Θεού. Αυτή η κατάσταση, που βιώνουμε την Αγάπη του Διδασκάλου και την Αγάπη του Θεού μέσα μας, μάς προκαλεί υπέρτατη χαρά και ευτυχία, τόση που δε βιώσαμε ποτέ στο παρελθόν. Κι αυτή ακριβώς είναι η κατάσταση στην οποία όλοι θέλουμε να βρεθούμε.

Αν μελετήσουμε τη διαδικασία της επαγωγικής ανάλυσης, θα διαπιστώσουμε ότι είναι μια πορεία εξαγωγής συμπερασμάτων. Ξεκινάμε από κάποιο σημείο και το αναλύουμε, βγάζουμε συμπεράσματα, που κι αυτά πάλι τα αναλύουμε και οδηγούμαστε σε άλλα συμπεράσματα, που τα αναλύουμε κι αυτά με τη σειρά τους και ούτω καθεξής. Έτσι, σε κάθε βήμα κρίνουμε τι είναι σωστό και τι λάθος και έτσι προχωράμε. Αυτός ο τρόπος αντίληψης των πραγμάτων, που βασίζεται στη διάνοια, έλκει την καταγωγή του από το Τρίτο Επίπεδο της Δημιουργίας, το Αιτιατό ή Νοητικό, γιατί από κει και πάνω δεν υπάρχει νους.

Υπάρχουν πολλές νοητικές δραστηριότητες που μοιάζουν να είναι πνευματικές που όμως στην πράξη μάς παραπλανούν. Πολλές φορές φτάνουμε να συνειδητοποιήσουμε ότι δε μας οδηγούν στον πραγματικό μας στόχο αλλά αντίθετα μας οδηγούν μόνο μέχρι τα μισά της διαδρομής. Ενδέχεται να πιστεύουμε ότι ακολουθούμε τη σωστή πορεία, η διάνοια όμως δεν είναι σε θέση να μας οδηγήσει πέρα από ένα συγκεκριμένο επίπεδο. Αν λοιπόν προσκολληθούμε στη διάνοια, δε θα μπορέσουμε να φτάσουμε στον τελικό μας στόχο.

Για να μπορέσουμε πραγματικά να γνωρίσουμε τον εαυτό μας και να πετύχουμε τους στόχους μας, χρειάζεται να βρισκόμαστε σε μια κατάσταση μακαριότητας.

Αν εξετάσετε τα πράγματα από την προσωπική σας εμπειρία – αυτή τουλάχιστον είναι η δικιά μου εμπειρία από τις ομιλίες του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ στις οποίες παρευρέθηκα – θα θυμηθείτε την πνευματική ανάταση που νιώθαμε και την απόλυτη μακαριότητα που βιώναμε

στην παρουσία των μεγάλων αυτών Διδασκάλων. Όταν τους ακούγαμε να μας μιλούν, δεν αναλύαμε τίποτα, δεν κρίναμε κανέναν, απλώς βιώναμε την Αγάπη και τη μακαριότητα που ανάβλυζε από τα μάτια τους, μια Αγάπη που μας έλουζε όλους.

Σε τελική ανάλυση, δεν είναι η διάνοια εκείνη που θα μας οδηγήσει στο στόχο μας. Στον τελικό μας στόχο θα μας οδηγήσει η επιθυμία της καρδιάς μας να γνωρίσουμε το Θεό, το πάθος μας για το Θεό, η πίστη και η αφοσίωσή μας στον Κύριο, η ταπεινότητα και η δεκτικότητά μας. Αυτά είναι τα συναισθήματα που θα πρέπει να μας κατακλύζουν. Μόλις αυτές οι αρετές γίνουν αναπόσπαστο κομμάτι της ύπαρξής μας, θα διαπιστώσουμε ότι η ζωή μας θα πλημμυρίσει από μακαριότητα, χαρά και ευδαιμονία.

Ας προσευχηθούμε λοιπόν στον Θεό να μας κρατάει συνεχώς σε μια κατάσταση μακαριότητας, ώστε να είμαστε διαρκώς χαρούμενοι και ευτυχισμένοι και η προσοχή μας να μη διασκορπίζεται στον εξωτερικό κόσμο, αλλά να βρίσκεται στον Τρίτο ή Απλό Οφθαλμό. Ας προσευχηθούμε στους μεγάλους Διδασκάλους να μας συνδέσουν με τις πνευματικές διαστάσεις μέσα μας, για να απελευθερωθούμε από τα νύχια του νου, της ύλης και της απατηλότητας, γιατί μόνον τότε θα βρισκόμαστε σε διαρκή μακαριότητα, χαρά και ευτυχία. Προσεύχομαι τέλος στον Παντοδύναμο να μας πλημμυρίσει με τις αναρίθμητες ευλογίες Του, έτσι ώστε η παραμονή μας στον τόπο αυτό να μας οδηγήσει στην εκπλήρωση των στόχων μας και να αποκτήσουμε πολύ περισσότερα από όσα ελπίζουμε να λάβουμε.



17. Κυρίαρχο πάθος για το Θεό

Παρατηρώντας την καθημερινή μας ζωή, βλέπουμε τους ανθρώπους να επιδιώκουν και να αφοσιώνονται σε πολλούς και διάφορους στόχους. Όταν είμαστε μαθητές ή φοιτητές, ο στόχος μας είναι να μάθουμε με τον καλύτερο τρόπο τα μαθήματά μας και αν είναι δυνατό να αριστεύσουμε στην τάξη μας, γιατί αντιλαμβανόμαστε πως, όταν γνωρίζουμε το αντικείμενο της μελέτης μας σε βάθος, θα αποκτήσουμε γερές βάσεις που θα μας συντροφεύουν στην υπόλοιπη μας ζωή.

Όπως όλοι ξέρουμε, κατά κανόνα, οι καλύτεροι μαθητές καταλαμβάνουν τις καλύτερες θέσεις εργασίας, ασκούν τα πιο προσοδοφόρα επαγγέλματα και ζουν με μεγαλύτερες ανέσεις. Οπότε, όταν σπουδάζουμε, θέλουμε να γίνουμε όσο το δυνατόν καλύτεροι.

Όταν μπούμε στον επαγγελματικό στίβο, θέλουμε να ασκούμε τα καλύτερα επαγγέλματα. Γνωρίζουμε ότι οι άνθρωποι που εργάζονται ευσυνείδητα και σκληρά, οι ανθρωποι που καταβάλουν επιπρόσθετες προσπάθειες κάνοντας πολλές φορές περισσότερα από αυτά που είναι υποχρεωμένοι να κάνουν, οι άνθρωποι που ενδιαφέρονται για τη δουλειά τους, είναι ως επί το πλείστον εκείνοι που προάγονται και εξελίσσονται επαγγελματικά.

Στόχος λοιπόν όσων εργάζονται είναι να γίνουν καλύτεροι επαγγελματίες, έτσι ώστε να προοδεύσουν, να ανελιχτούν στην ιεραρχία και να εξασφαλίσουν καλύτερες αμοιβές και καλύτερες συνθήκες εργασίας, προσδοκώντας να βελτιώσουν το βιοτικό τους επίπεδο και να ζήσουν πιο άνετα.

Στο χώρο του αθλητισμού, για κάθε Μάικλ Τζόρνταν υπάρχουν ίσως εκατομμύρια άλλοι αθλητές που δεν κατόρθωσαν να φτάσουν στο επίπεδό του. Ο λόγος για τον οποίο ίσως δεν έγιναν τόσο καλοί είναι επειδή δεν είχαν ένα στόχο στον οποίο να αφοσιωθούν με όλη τους την καρδιά.

Μπορεί να υπάρχουν πολλοί αθλητές με τα προσόντα του, αλλά δεν είχαν το κυρίαρχο πάθος να διακριθούν στον τομέα

τους και δεν είχαν τη θέληση να κάνουν ό,τι ήταν αναγκαίο για να φτάσουν στην κορυφή. Δεν αφιέρωσαν τον απαιτούμενο χρόνο, γιατί πιθανότατα δε θεωρούσαν αυτό που έκαναν να είναι τόσο σημαντικό. Κάθε αθλητής, είτε συμμετέχει σε ατομικό είτε σε ομαδικό άθλημα, για να γίνει καλός, πρέπει να έχει στόχους. Αν θέλει να διαπρέψει στο χώρο που διάλεξε, οφείλει να κάνει ό,τι απαιτείται και να αφιερώσει τον απαιτούμενο χρόνο και μόχθο.

Το ίδιο ισχύει και στο χώρο των επιχειρήσεων. Οι περισσότερες επιχειρήσεις στο ξεκίνημά τους είναι μικρές, με προκαθορισμένες δυνατότητες και στην πορεία προσπαθούν να μεγαλώσουν. Ο άνθρωπος που στήνει μια δουλειά αφιερώνει αμέτρητες ώρες, προκειμένου να στεριώσει την επιχείρησή του και να μπουν γερά θεμέλια για την εξέλιξή της. Ο στόχος του είναι να κερδίσει περισσότερα χρήματα και να ζήσει μια πιο εύκολη και πιο άνετη ζωή.

Ο καθένας που ξεκινάει μια επιχείρηση δεν ενδιαφέρεται αν η ώρα είναι περασμένη ή αν έχει βραδιάσει, γιατί καταβάλει κάθε δυνατή προσπάθεια, ώστε να εξασφαλίσει ότι η επιχείρηση θα βρει το δρόμο της. Το μόνο που επιδιώκει είναι να μεγαλώσει τις δουλειές του, ανεξάρτητα από το κόστος σε χρόνο και κόπο.

Τι απαιτείται για να διακριθούμε στη ζωή

Αν αναλύσουμε προσεκτικά ορισμένες περιπτώσεις που συναντάμε στην καθημερινή μας ζωή, θα διαπιστώσουμε ότι σε οποιονδήποτε χώρο – τις σπουδές, το επάγγελμα, τον αθλητισμό ή τις επιχειρήσεις – το πρώτο που απαιτείται για να διακριθούμε είναι να αφιερώνουμε χρόνο. Αν δεν αφιερώνουμε χρόνο δεν πρόκειται να διαπρέψουμε. Αν οι φοιτητές δεν αφιερώσουν χρόνο στα μαθήματά τους, δεν πρόκειται να αποκτήσουν την κατάλληλη κατάρτιση και δε θα κατέχουν τις θεμελιώδεις αρχές και τις βασικές έννοιες του αντικειμένου

που σπουδάζουν. Είναι λοιπόν απαραίτητο να αφιερώνουμε χρόνο για το καθετί, καθώς για να φτάσουμε στο στόχο μας, εκτός από τον κόπο, απαιτείται και χρόνος. Οφείλουμε να καταβάλουμε προσπάθεια για να μάθουμε το οτιδήποτε. Να μάθουμε καλά τη δουλειά μας, να μάθουμε πώς να διευθύνουμε μια επιχείρηση ή να γίνουμε καλοί αθλητές. Εντούτοις, ακόμα πιο σημαντικό από το χρόνο και τον κόπο που καταβάλλουμε είναι το κυρίαρχο πάθος μας να διακριθούμε, γιατί αυτό καθορίζει την ποιότητα του χρόνου που αφιερώνουμε και την αποτελεσματικότητα των προσπαθειών μας. Επομένως, αυτό που έχει ιδιαίτερη σημασία είναι η ποιότητα του χρόνου και της προσπάθειας που αφιερώνουμε. Δεν έχει σημασία αν αφιερώνουμε πολλές ώρες, εάν τις ώρες αυτές τις σπαταλάμε ανούσια και δεν τις αξιοποιούμε κατάλληλα στο σκοπό μας. Ο χρόνος δεν αξιοποιείται απλώς με την παρουσία μας σε κάποιο χώρο. Είναι το πάθος μας για το αποτέλεσμα.

Καθημερινά βλέπουμε πολλούς ανθρώπους να εργάζονται, όμως δεν είναι λίγοι εκείνοι που κοιτάζουν το ρολόι τους και μόλις τελειώσει το ωράριό τους, βιάζονται να φύγουν, για να επιστρέψουν στο σπίτι τους. Εκείνοι που παίρνουν προαγωγή, κατά κανόνα, δεν είναι όσοι κοιτάζουν το ρολόι τους. Είναι πολύ πιθανό να πιστεύουμε ότι, αφού δεν πήραμε εμείς την προαγωγή, εκείνοι που την πήραν δεν την άξιζαν. Αυτό συμβαίνει με τους περισσότερους. Σε όλες μας τις δραστηριότητες στηριζόμαστε στη βοήθεια που μας προσφέρουν οι άλλοι άνθρωποι. Αν όμως εξετάσουμε τις προαγωγές σε μια εταιρεία, ιδιαίτερα στις μεγάλες, θα δούμε ότι οι περισσότεροι απ᾽ όσους προάγονται είναι όσοι εργάζονται σκληρά και είναι ειλικρινείς και αποτελεσματικοί στις προσπάθειές τους. Έχουν αναπτύξει αρετές που τους βοηθούν να επισκιάσουν τους άλλους και να γίνουν καλύτεροι στον τομέα τους κι αυτός είναι ο λόγος που προάγονται.[1]

---

1 Σημ. μετ. αυτά συμβαίνουν στην Ινδία. Η ομιλία αυτή δόθηκε σε Ινδούς

Επομένως, το κυρίαρχο πάθος μας για κάτι είναι εκείνο που μας κάνει να διακριθούμε, δίνει αξία και ποιότητα στο χρόνο και στις προσπάθειές μας σε όλους τους τομείς της ζωής και θεωρείται απαραίτητο για να φέρνουμε τα αποτελέσματα εκείνα που είναι απαραίτητα για να ανελιχτούμε. Αν δεν εργαζόμαστε ευσυνείδητα, με πίστη, αφοσίωση και με την επιθυμία να βελτιωθούμε, δε θα πετύχουμε τους στόχους μας. Είναι λοιπόν απαραίτητο να αφιερώνουμε χρόνο και κόπο, εφόσον θέλουμε να κατακτήσουμε τους στόχους και να εκπληρώσουμε τα όνειρά μας. Αν θέλουμε να φτάσουμε στο Θεό και να αναπτυχθούμε πνευματικά, τότε θα πρέπει να ενστερνιστούμε αυτές τις αρχές.

Πόσο ειλικρινά επιθυμούμε να βρούμε το Θεό

Κάτι άλλο που επίσης παρατηρούμε στην καθημερινή μας ζωή είναι ότι, αν οι μαθητές διαβάζουν πολύ, οι γονείς δεν ανησυχούν που τα παιδιά τους δεν τους βοηθούν στις δουλειές του σπιτιού. Έχουν συνηθίσει να τα βλέπουν να διαβάζουν συνέχεια και να επιβραβεύονται από τους καλούς βαθμούς που παίρνουν και παραβλέπουν όλα τα άλλα. Επίσης, αν ένας καλλιτέχνης αφιερώνει τις είκοσι από τις είκοσι τέσσερις ώρες της ημέρας κλεισμένος σ᾽ ένα στούντιο, προσπαθώντας να ολοκληρώσει έναν πίνακα ζωγραφικής ή ένα μουσικό κομμάτι ή κάποιο άλλο έργο τέχνης, αδιαφορώντας για όλα τα άλλα, θεωρούμε ότι αυτό είναι κάτι φυσικό, αφού όλοι γνωρίζουμε ότι απαιτείται χρόνος για να ολοκληρωθεί μια σύνθεση και να φτάσει κάποιος στα ανώτερα επίπεδα της καλλιτεχνικής του δημιουργίας.

Εξετάζοντας αυτά τα παραδείγματα, είναι πράγματι απορίας άξιο που, αν κάποιος πει ότι θέλει να βρει το Θεό και ότι επιθυμεί να αφοσιωθεί στον ύψιστο αυτό στόχο της ανθρώπινης ζωής, οι περισσότεροι πιστεύουν ότι κάτι δεν πάει καλά

μαζί του. Ρωτάνε: «Γιατί διαρκώς κάθεται σε διαλογισμό και μιλάει για το Θεό; Δεν έχει κάτι καλύτερο να κάνει;» Νομίζουν ότι κάτι παθολογικό του συμβαίνει. Αν όμως το ίδιο άτομο ασχοληθεί με κάτι άλλο, αυτό δεν προκαλεί απορίες. Μπορεί να περνάει είκοσι ώρες στη δουλειά και κανείς να μη νοιάζεται, αν όμως αφιερώνει τον ίδιο χρόνο αποσκοπώντας στην επικοινωνία του με το Θεό, πιστεύουμε ότι ξεφεύγει απ᾽ ό,τι είναι κοινωνικά αποδεκτό.

Αν ρωτήσουμε τους ανθρώπους μήπως θέλουν να βρουν το Θεό, από τους περισσότερους θα λάβουμε καταφατική απάντηση. Αν όμως θελήσουμε να ερευνήσουμε το θέμα σε βάθος, θα διαπιστώσουμε ότι δεν είναι έτσι τα πράγματα. Υπάρχει ένα πολύ ενδιαφέρον περιστατικό, που αναφέρεται στη ζωή του Κρίσνα. Ένας από τους καλύτερους μαθητές του λεγόταν Ούντο Τζι. Όταν αυτός ο μαθητής είδε πόσο δυστυχισμένοι ήταν οι άνθρωποι και πόσο είχαν παραπλανηθεί από τον Καλ και τη μάγια, την πλάνη δηλαδή και την ψευδαίσθηση και πόσο απορροφημένοι ήταν στις εγκόσμιες ασχολίες τους, πήγε στον Κρίσνα και του εξέφρασε την απορία του: «Αφού εσύ είσαι ο Κύριος του σύμπαντος – τουλάχιστον αυτό πίστευε ο ίδιος – και μπορείς να σώσεις τους πάντες από τη δυστυχία τους, γιατί δεν κάνεις κάτι;» Ο Κρίσνα λοιπόν του απάντησε ότι οι περισσότεροι άνθρωποι *δεν* επιθυμούν να επιστρέψουν στο Αιώνιο Σπίτι τους ούτε επιθυμούν να γίνουν ένα με το Θεό. Ο Ούντο Τζι όμως, που ήταν πολύ αφοσιωμένος μαθητής, δεν μπορούσε να πιστέψει ότι οι άνθρωποι δε θέλουν να γίνουν ένα με το Θεό, ότι δεν ενδιαφέρονται για το Θεό και ότι το μόνο που τους απασχολεί είναι οι εγκόσμιες υποθέσεις τους. Ομολόγησε λοιπόν στον Κρίσνα ότι δεν πίστευε αυτό που του έλεγε. Ο Κρίσνα τότε του είπε το εξής: «Αφού δεν πιστεύεις, γιατί δεν πας να δεις και μόνος σου. Είμαι σίγουρος ότι θα βρεις τις απαντήσεις που ζητάς και θα λύσεις τις απορίες που έχεις. Αν με πίστευες, έχει καλώς. Αφού όμως δε με πιστεύεις, ρώτησε κι αλλού και θα βρεις τις απαντήσεις που θέλεις».

Το πρώτο πλάσμα που συνάντησε ο Ούντο Τζι ήταν ένα

γουρούνι. Εκείνον τον καιρό λέγεται ότι οι άνθρωποι μπορούσαν να καταλαβαίνουν τη γλώσσα των ζώων. Είδε λοιπόν το γουρούνι να κυλιέται στη λάσπη και στα σκουπίδια και ακολούθησε ο εξής διάλογος:

– Έ! γουρούνι, το ξέρεις ότι, πάνω από τη γη υπάρχει ένας παράδεισος όπου τα πάντα είναι πανέμορφα, γαλήνια και μακάρια και δεν υπάρχουν έγνοιες, θυμός και σκοτούρες; Εκεί οι ψυχές ζουν με Αγάπη, ειρήνη, ενότητα και αρμονία με το Θεό και το ξέρω αυτό που σου λέω, γιατί έχω πάει και ο Κύριός μου μπορεί να οδηγήσει τον καθένα εκεί ψηλά. Έλα λοιπόν μαζί μου.

– Για εκεί που μου μιλάς μπορώ να αποκτήσω πολλά παιδιά; ρώτησε το γουρούνι.

– Όχι, του απάντησε ο Ούντο Τζι, εκεί δε χρειάζεται να έχεις παιδιά, γιατί όλοι είμαστε αδέρφια. Όλοι είμαστε ένα με το Θεό, οπότε δεν υπάρχει ζήτημα για το ποιος είναι πατέρας, μητέρα, αδερφός, άντρας, γυναίκα ή παιδί. Όλοι είμαστε το ίδιο και τα πάντα είναι πανέμορφα.

– Θα έχω εκεί σκουπίδια να τρώω; τον ρώτησε το γουρούνι.

– Όχι, του είπε, δεν έχει σκουπίδια. Τα πάντα είναι όμορφα, καθαρά και λαμπερά και το φαΐ που τρως εκεί ούτε οι καλύτεροι μάγειρες της γης δεν το φτιάχνουν. Είναι τόσο νόστιμο που, αν θες να πας εκεί, καλύτερα ξέχνα το φαΐ που τρως εδώ.

Αφού το καλοσκέφτηκε, το γουρούνι τού απάντησε:

– Όχι, δε θέλω να έρθω μαζί σου. Μου αρέσει να κυλιέμαι στη βρόμα και να τρώω σκουπίδια. Μου αρέσει η ζωή εδώ.

Οι περισσότεροι έχουμε την ίδια νοοτροπία. Μας αρέσει να απορροφιόμαστε σε εγκόσμιες δραστηριότητες κι όταν κάποιος μας ρωτήσει αν θέλουμε να βρούμε το Θεό, απαντάμε μεν καταφατικά, αλλά δε θέλουμε να κάνουμε τίποτα περισσότερο. Συνεχίζουμε απλώς να κάνουμε ό,τι κάνουμε συνήθως. Δεν έχουμε την επιθυμία ούτε το κυρίαρχο πάθος να γνωρίσουμε το Θεό. Έτσι, ακόμα κι αν ο Θεός έρθει στο περιβάλλον μας, ισχυριζόμαστε ότι, αφού έχουμε μυηθεί, θα κάνουμε ό,τι μας αρέσει και την ώρα του θανάτου θα έρθει να μας πάρει

ο Διδάσκαλος. Αυτό είναι αλήθεια, όμως κι εμείς οφείλουμε να καταβάλουμε προσπάθεια. Δεν πρέπει να κυλιόμαστε στη βρόμα σαν το γουρούνι.

Ακόμη κι όταν μας δίνεται η ευκαιρία να βγούμε απ᾽ αυτό το περιβάλλον και να βρούμε το Θεό, εμείς ισχυριζόμαστε ότι μας αρέσει ο χώρος που ζούμε. Αν πραγματικά δε δοκιμάσουμε κάτι πιο γλυκό, είναι γεγονός ότι θα συνεχίσουμε να γευόμαστε ό,τι θεωρούμε ωραίο. Υπάρχουν όμως κόσμοι και ζωή στο υπερπέραν και οφείλουμε να προσπαθήσουμε να τους φτάσουμε. Είναι αναγκαίο να αντιληφθούμε ότι μπορούμε να φτάσουμε εκεί και ότι είμαστε σε θέση να βιώσουμε καταστάσεις μακαριότητας, χαράς και έκστασης, οι οποίες είναι κατά πολύ ανώτερες απ᾽ ό,τι νιώσαμε ποτέ στη ζωή μας.

Προϋποθέσεις για να συγχωνευτούμε με το Θεό

Υπάρχουν πολλοί άνθρωποι σ᾽ όλον τον κόσμο που προσπαθούν να βρουν το Θεό, ακολουθώντας όμως ατελέσφορους δρόμους. Είναι πολλοί που πάνε σε ναούς, εκκλησιές, συναγωγές, γκουντβάρες [1] ή τζαμιά, αλλά με το να παρευρίσκεται κανείς απλώς και μόνο σ᾽ αυτούς τους χώρους δεν καταφέρνει να έρθει σε επικοινωνία με το Θεό. Η εξωτερική πλευρά της θρησκείας, οι κανόνες δηλαδή που η καθεμιά ορίζει ότι πρέπει να τηρούμε, οι επισκέψεις σε ιερούς χώρους που πρέπει να κάνουμε και τα κυρήγματα που πρέπει να παρακολουθούμε, είναι κάτι που δε θα μας βοηθήσει μακροπρόθεσμα. Αν ίσχυε κάτι τέτοιο, τότε οι περισσότεροι άνθρωποι μέχρι τώρα θα βρίσκονταν ήδη στους ουρανούς, αφού είναι πολλοί εκείνοι που πηγαίνουν σε εκκλησίες και τόπους λατρείας, εδώ και πολλά χρόνια.

Σ᾽ αυτούς τους χώρους όμως πηγαίνουν και άνθρωποι που γνωρίζουν ότι για να επικοινωνήσει κανείς με το Θεό απαι-

1 Σημ μετ. «Γκουντβάρες» ονομάζονται οι ναοί των Σιχ

τείται προσπάθεια και αφιερώνουν χρόνο σε διαλογισμό και προσευχή όπως και άλλοι που για τον ίδιο σκοπό ακολουθούν κάποιας μορφής γιόγκα. Διαβάζοντας σήμερα τις ιερές Γραφές όλου του κόσμου και εξετάζοντας τη ζωή των μεγάλων πνευματικών ηγετών που υπήρξαν ιδρυτές διαφόρων θρησκειών, θα διαπιστώσουμε ότι έκαναν κάτι περισσότερο. Οι ίδιοι υψώθηκαν πάνω από τους περιορισμούς του κόσμου, κάθισαν σε διαλογισμό και βρήκαν το Θεό μέσα τους. Γνωρίζουμε από τη ζωή του Βούδα, που ήταν πρίγκιπας με το όνομα Σιντάρτα, ότι εγκατέλειψε τη γυναίκα, την οικογένεια, το παλάτι και το θρόνο του, εξαιτίας της δίψας του να βρει το Θεό. Την ίδια επιθυμία είχαν και ο Μαχαβίρα, ο Γκουρού Νάνακ και ο Ιησούς Χριστός. Όλοι αυτοί οι μεγάλοι πνευματικοί ηγέτες είχαν μοναδικό πάθος στη ζωή τους να ανακαλύψουν το Θεό και αφιέρωσαν χρόνο και προσπάθεια, για να μπορέσουν να φτάσουν στο στόχο τους στη διάρκεια της ζωής τους. Στην πρόσφατη ιστορία συναντάμε τον Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν, τον Κιρπάλ Σινγκ και τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, που ο καθένας τους ήταν απόλυτα αφοσιωμένος στις πνευματικές τους επιδιώξεις. Αυτοί όχι μόνον πέτυχαν να γίνουν ένα με το Θεό, αλλά βοήθησαν και άλλους ανθρώπους να στραφούν προς τον Κύριο. Μόλις ο Κιρπάλ Σινγκ τέλειωσε το σχολείο, έπρεπε να αποφασίσει τι θα έκανε στη ζωή του και μετά από πολλή σκέψη κατέληξε στην απόφαση «πρώτα ο Θεός και μετά όλα τα άλλα». Αυτή θα έπρεπε να είναι και η δικιά μας στάση ζωής, για να αναπτυχθούμε πνευματικά, να μπορέσουμε να φτάσουμε στο Θεό και να γίνουμε ένα με το Δημιουργό.

Εφόσον επιθυμούμε να αναπτυχθούμε πνευματικά είναι αναγκαίο να διδαχθούμε από κάποιον. Όπως είναι απαραίτητο να μαθητεύσουμε κοντά σε κάποιο δάσκαλο, αν θέλουμε να μάθουμε ιστορία, γεωγραφία ή οτιδήποτε άλλο, το ίδιο ισχύει και στην περίπτωση που θέλουμε να μάθουμε για την πνευματικότητα, να μάθουμε πώς μπορούμε να στραφούμε προς το Θεό και με ποιο τρόπο θα μπορέσουμε να γίνουμε ένα μαζί Του. Για να εξελιχθούμε πνευματικά, χρειαζόμαστε απαραίτη-

τα τη βοήθεια ενός πνευματικού Διδασκάλου.

Αν έχουμε μέσα μας την ειλικρινή επιθυμία και τη θέληση να αγαπήσουμε το Θεό, πρέπει να αγαπήσουμε και τη Δημιουργία Του, γιατί το καθετί σ' αυτόν τον κόσμο αποτελεί μέρος του Θεού. Ακριβώς όπως ο αληθινός μας εαυτός, η ψυχή, κατοικεί στο σώμα, έτσι και σε κάθε μορφή, σε κάθε σώμα και σε κάθε ζωντανό πλάσμα κατοικεί μια ψυχή που αποτελεί μέρος της απόλυτης συνειδητότητας ή της Υπερψυχής, δηλαδή του ίδιου του Θεού. Αυτή η μονάδα συνειδητότητας, που ονομάζεται ψυχή, μάς συνδέει όλους μεταξύ μας κι αυτός ο μεταξένιος δεσμός ανάμεσα στις ψυχές μάς καθιστά αναπόσπαστο κομμάτι ολόκληρης της Δημιουργίας.

Η ψυχή μας λοιπόν, που είναι ομοούσια του Θεού, είναι πλημμυρισμένη, είναι μουσκεμένη θα λέγαμε με την Αγάπη του Θεού. Δυστυχώς όμως, όταν κάποτε ήρθε σε επαφή με τον υλικό κόσμο, με τον Καλ (*η αρνητική δύναμη στα Ινδικά*) και με τη μάγια (*ψευδαίσθηση*), σκεπάστηκε από αυτά, που σαν περιβλήματα, το ένα γύρω από το άλλο, δεν της επιτρέπουν να τα διαπεράσει και να έχει επικοινωνία με τον Πατέρα. Είναι λοιπόν αναγκαίο να απομακρύνουμε αυτά τα περιβλήματα και να εξαγνίσουμε τον εαυτό μας. Αφού ο Θεός είναι η κατοικία όλης της συνειδητότητας και της αγνότητας, πρέπει να φτάσουμε κι εμείς σ' αυτήν τη διάσταση. Δεν μπορούμε να ταιριάξουμε κάτι ακάθαρτο σ' ένα σύνολο που είναι αγνό, γιατί δε θα υπάρξει ταύτιση. Αν πάρουμε έναν κύκλο και αφαιρέσουμε απ' αυτόν τόξα και μετά προσπαθήσουμε να τα ξαναβάλουμε στη θέση τους, αν δεν είναι καθαρά, δε θα μπορέσουν να ταιριάξουν. Έτσι λοιπόν, και η ψυχή μας, που αποσπάστηκε από την Υπερψυχή, οφείλει να επιστρέψει στην αρχική της κατάσταση και να επανακτήσει την αρχέγονη ομορφιά και δόξα της, ώστε να μπορέσει να συγχωνευτεί και πάλι με το Θεό. Ξέρουμε ότι ο Θεός είναι η προσωποποίηση της Αγάπης, ότι είναι η ίδια η αγάπη. Η ψυχή μας λοιπόν, που είναι της ίδιας ουσίας με το Θεό, είναι Αγάπη και ο δρόμος της επιστροφής στο Θεό περνάει μέσα από την Αγάπη. Αν μπορέσουμε επομένως να κατα-

νοήσουμε τη θεία Αγάπη, θα μπορέσουμε να συγχωνευτούμε ξανά με το Θεό.

Λέγεται ότι ο Θεός ακούει την ειλικρινή κραυγή που βγαίνει από την ψυχή ενός μερμηγκιού πιο γρήγορα από τη δυνατή κλαγγή ενός ελέφαντα. Ο Θεός δεν κοιτάει την εξωτερική μας ζωή, αν δηλαδή είμαστε πλούσιοι ή φτωχοί, μορφωμένοι ή αγράμματοι, αν το χρώμα του δέρματός μας είναι μαύρο ή λευκό. Το μόνο που κοιτάει είναι η ψυχή κι αν μέσα μας έχουμε την έντονη επιθυμία να γνωρίσουμε το Θεό, τότε Εκείνος εισακούει τις προσευχές μας και ανταποκρίνεται στις κραυγές της ψυχής μας.

Ο Θεός είναι μέσα στον καθένα μας. Είναι πολύ κοντά μας, μόνο που εμείς δεν τον αντιλαμβανόμαστε. Πρέπει να Τον φωνάξουμε ειλικρινά κι αν η πρόσκλησή μας είναι ειλικρινής, τότε σίγουρα θα ανταποκριθεί. Θα βρει τρόπο να μας δώσει τις απαντήσεις και θα μας φέρει κοντά Του. Μια μητέρα μπορεί να ξεχωρίσει αν το παιδί της κλαίει επειδή θέλει να τραβήξει την προσοχή της ή επειδή πεινάει και θέλει γάλα. Θα τρέξει λοιπόν κοντά στο παιδί της, αν έχει κάποια ανάγκη ή αν θέλει γάλα, ενώ, αν κλαίει επειδή θέλει να τραβήξει την προσοχή της, μπορεί και να το αγνοήσει. Έτσι και ο Θεός γνωρίζει την κάθε μας ενέργεια. Αφού κάθεται μέσα μας, ξέρει ό,τι κάνουμε κι αν η επιθυμία μας να Τον γνωρίσουμε είναι ειλικρινής, τότε μας παρέχει κάθε δυνατή βοήθεια. Αν όμως εκείνο που επιθυμούμε είναι να νιώσουμε έξυπνοι και να ξεγελάμε τους άλλους, τότε δε θα λάβουμε καμιά βοήθεια.

Σε κάθε χώρο που ασχολείται με το αντικείμενο της πνευματικότητας, μας συνιστούν ότι θα πρέπει να γίνουμε ταπεινοί, ότι θα πρέπει να πηγαίνουμε σ᾽ έναν πνευματικό Διδάσκαλο με την καρδιά μας ανοιχτή, σαν ανοιχτά βιβλία, χωρίς να καμουφλάρουμε τον εαυτό μας. Πάμε εκεί για να βρούμε την αληθινή ευτυχία. Όταν επομένως πάμε σαν ανοιχτά βιβλία, αυτό σημαίνει ότι ανοίγουμε την καρδιά μας στον πνευματικό μας πατέρα, που με τη σειρά του μας βοηθάει να επιστρέψουμε στην Αληθινή μας Πατρίδα. Η ταπεινότητα διαδραματίζει

σπουδαίο ρόλο στο να μάθουμε το οτιδήποτε. Αν πηγαίνουμε στο σχολείο και νομίζουμε ότι ξέρουμε ήδη πολλά, δε θα κερδίσουμε τίποτα από το δάσκαλο. Αν όμως πάμε σε μια τάξη με την πεποίθηση ότι κάτι έχει να μας προσφέρει, τότε θα είμαστε δεκτικοί και θα αποκτήσουμε πολλές γνώσεις.

Ο ίδιος ο Θεός αδημονεί κάθε ψυχή να επιστρέψει κοντά Του. Το θησαυροφυλάκιο της θείας φύσης του είναι ανοιχτό για τον καθένα. Το προσφέρει όμως μόνο σ' εκείνους που πραγματικά Τον επιζητούν. Ο Θεός επομένως βοηθάει να επιστρέψουν κοντά Του μόνον εκείνοι που το επιθυμούν. Οι άνθρωποι που είναι απορροφημένοι στον κόσμο και δεν έχουν καμιά επιθυμία να επιστρέψουν στο Θεό, γιατί να ζητήσουν τη βοήθειά Του; Αν εσείς δε θέλετε κάτι, τότε γενικά κανείς δεν πρόκειται να σας βοηθήσει, αφού εκ των πραγμάτων είστε πολύ απασχολημένοι με τον εαυτό σας. Το ίδιο συμβαίνει και στο χώρο της πνευματικότητας.

Μόλις αναπτυχθεί μέσα μας η βαθιά επιθυμία και το κυρίαρχο πάθος για το Θεό, τότε θα Τον προσελκύσουμε. Μόλις εισπράξουμε την Αγάπη του Θεού και τη μοιραστούμε, αυτό το μοίρασμα Τον προσελκύει κοντά μας. Όταν μοιραζόμαστε την Αγάπη Του, έλκουμε την Αγάπη Του. Η Αγάπη του Θεού, η θεία Αγάπη, είναι ένα προϊόν που αυξάνεται με τον καιρό. Όσο περισσότερο δίνουμε, διαπιστώνουμε ότι το θησαυροφυλάκιο της Αγάπης μας στην πραγματικότητα διαρκώς αυξάνει. Δε χάνουμε απολύτως τιποτα αγαπώντας τους άλλους ανθρώπους. Αντίθετα, αυτό μας εξαγνίζει, μας βοηθάει να βελτιωθούμε ως άνθρωποι και ακόμα να διαπρέπουμε στη ζωή.

Όταν η ψυχή έρχεται σε επαφή με το Θεό γίνεται ό,τι με τα ρινίσματα τού σιδήρου που έλκονται από το μαγνήτη. Αν όμως στην επιφάνειά τους επικάθονται υπολείμματα από άλλα υλικά, τα ρινίσματα δεν μπορούν να τραβηχτούν και να συνενωθούν με το μαγνήτη. Αντίστοιχα και οι ψυχές μας, που είναι σαν τα ρινίσματα σιδήρου, δεν μπορούν να συνενωθούν με το Θεό μέχρι τα στρώματα της ύλης και της ψευδαίσθησης να αποβληθούν από πάνω μας. Μόλις απόβληθούν, κι αυτό

μπορεί να γίνει με τις οδηγίες ενός πνευματικού Διδασκάλου και όταν αφιερώνουμε χρόνο στις πνευματικές μας ασκήσεις, τότε θα γίνουμε άνθρωποι με την αληθινή σημασία της λέξης και θα τύχουμε της Χάρης του Θεού.

Όλοι λεγόμαστε άνθρωποι και ζούμε σ' αυτό τον κόσμο. Είμαστε όμως αληθινοί άνθρωποι; Ποια είναι τα γνωρίσματα του αληθινού ανθρώπου; Αληθινός είναι ο άνθρωπος που αγαπάει μέσα από την καρδιά του το Θεό και όλη τη Δημιουργία Του, γιατί δεν είναι δυνατό να αγαπάμε τον Πατέρα αν δεν αγαπάμε τα παιδιά Του. Αληθινός είναι ο άνθρωπος που χαρακτηρίζεται από ανιδιοτέλεια, αγνότητα, ταπεινότητα και μη βιαιότητα. Αν μπορέσουμε να γίνουμε αληθινοί άνθρωποι, δεν είναι δύσκολο να βρούμε το Θεό. Λένε ότι: «*άνθρωπος μείον(–) νους ίσον(=) Θεός*». Αν λοιπόν ελέγχουμε το νου, που τοποθετεί όλα αυτά τα περιβλήματα της ύλης και της ψευδαίσθησης πάνω μας, θα βρεθούμε πολύ κοντά στο Θεό. Αν μπορέσουμε, μέσα από τη διαδικασία του διαλογισμού, να αφαιρέσουμε τα πέπλα της βρομιάς και των παραπτωμάτων μας από την επιφάνεια της ψυχής μας, τότε σίγουρα θα είμαστε σε θέση να φτάσουμε στην πραγμάτωση του εαυτού μας και στην πραγμάτωση του Θεού. Η ταπεινότητα, η ανιδιοτέλεια, η αγνότητα και η Αγάπη για το Θεό, όσο αναπτύσσονται μέσα στην καρδιά μας, βοηθάνε να συγχωνευτούμε μαζί Του και αυτό συμβαίνει όταν έχουμε κυρίαρχο πάθος για το Θεό.

Η συνεχής ανησυχία της καρδιάς

Το κυρίαρχο πάθος για το Θεό είναι μια κατάσταση που, είτε κοιμόμαστε είτε είμαστε ξύπνιοι είτε εργαζόμαστε είτε μιλάμε είτε κάνουμε οτιδήποτε άλλο, η προσοχή μας είναι πάντοτε στραμμένη στο Θεό. Είναι μια βαθιά επιθυμία, να Του αφιερώνουμε κάθε στιγμή της ζωής μας. Μπορούμε λοιπόν να είμαστε συνδεδεμένοι μαζί Του όταν έχουμε στραμμένη την προσοχή μας σ' Αυτόν, όταν βοηθάμε τους συνανθρώπους και

γενικά όταν κάνουμε πράγματα που συντείνουν να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι. Όταν φτάσουμε σ' αυτήν την κατάσταση, η μακαριότητα και η χαρά που εισπράττουμε είναι κατά πολύ ανώτερη απ' οποιαδήποτε άλλη χαρά της ζωής.

Την Εσωτερική χαρά και τη μακαριότητα στην οποία αναφέρονται οι Γραφές, για να μπορέσουμε να τις αντιληφθούμε, θα πρέπει να τις συσχετίσουμε με γήινες δραστηριότητες. Έτσι λοιπόν, η συγχώνευση της ψυχής με το Θεό παρομοιάζεται με τη συγχώνευση μιας σταγόνας νερού που φθάνει στον ωκεανό. Γίνεται μέρος του ωκεανού, γίνεται ο ίδιος ο ωκεανός. Παρομοιάζεται επίσης με την ένωση των νεόνυμφων, μόνο που η συνένωση της ψυχής με το Θεό χαρακτηρίζεται από χιλιάδες, εκατομμύρια φορές μεγαλύτερη χαρά και ευδαιμονία από την ένωση των νεόνυμφων. Όσο περισσότερο απορροφιόμαστε στο Θεό, τόσο περισσότερο το πάθος μας φουντώνει και η επιθυμία μας για ένωση μαζί Του μεγιστοποιείται.

Ζούμε στο Φυσικό Επίπεδο. Μόλις βρεθούμε στο Αστρικό επίπεδο η χαρά μας είναι τόσο μεγάλη, ώστε επιθυμούμε να προχωρήσουμε παραπάνω και να φτάσουμε στο Αιτιατό Επίπεδο. Μόλις φτάσουμε στο Αστρικό Επίπεδο, όπου η μακαριότητα που συναντάμε είναι ασύγκριτα μεγαλύτερη από το Φυσικό Επίπεδο, δεν ικανοποιούμαστε. Η ανησυχία μας διαρκώς αυξάνει. Λένε ότι ο Θεός εμφανίζεται στους ανθρώπους που χύνουν αστείρευτα δάκρια μέσα από την καρδιά τους. Όμως το κλάμα τους δεν προκαλείται από πόνο αλλά επειδή η καρδιά τους κατακλύζεται από συγκίνηση και από την Αγάπη του Θεού. Επιθυμούν να γίνουν ένα κομμάτι του Θεού και ο Θεός να αποτελέσει ένα αναπόσπαστο κομμάτι της ύπαρξής τους. Είναι διαρκώς ανήσυχοι. Δεν μπορούν ούτε να μιλήσουν ούτε να κοιμηθούν και γενικά δεν συμπεριφέρονται όπως οι φυσιολογικοί άνθρωποι, γιατί ολόκληρη η προσοχή τους είναι στραμμένη στο Θεό και πάλλονται μέσα στη Θεία Αγάπη. Αυτό είναι ένα στάδιο το οποίο όλοι κάποτε θα περάσουμε πριν να οδηγηθούμε στην Αιώνια Κατοικία μας, στην πνευματική μας Πατρίδα.

Όταν λοιπόν μεταβαίνουμε από το ένα πνευματικό Επίπεδο στο επόμενο, η ανησυχία της καρδιάς μας μεγαλώνει. Το ίδιο ανέφερε και στους στίχους του ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Έγραψε αναρίθμητα ποιήματα, τα οποία αποτελούσαν αποκαλύψεις των προσωπικών του εμπειριών και δεν ήταν αποκυήματα φαντασίας. Όλα όσα έγραψε ήταν οι εμπειρίες που βίωσε ο ίδιος στην πορεία του προς το Αληθινό μας Σπίτι. Σε κάποιους στίχους του μας λέει:

«Έλπιζα πως όταν έφτανε ο Οινοχόος
θα έσβηνε τη δίψα μου.
Όμως αλίμονο! Ήρθε κι έφυγε κι η δίψα μου
έγινε ακόμα πιο μεγάλη».

Όταν λοιπόν η Πνευματική δίψα μας αυξάνεται, σημαίνει ότι το πάθος μας να φτάσουμε στο στόχο μας γίνεται εντονότερο. Η συνεχής ανησυχία να συγχωνευτούμε με το Θεό και να γίνουμε μέρος του Θεού είναι εκείνο που πραγματικά μας βοηθάει να φτάσουμε στο στόχο μας. Στη διάρκεια της ζωής του, ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ απάγγελλε συχνά στίχους του Μωαμέθ Ικμπάλ, που ήταν ένας φημισμένος Ούρδος ποιητής της εποχής του. Ο ίδιος ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος είχε την ευκαιρία να γίνει μαθητής του και μια μέρα τον ρώτησε: «Τι ακριβώς σημαίνει επιθυμία να γνωρίσουμε το Θεό;» Ο μεγάλος Ικμπάλ του απάντησε ως εξής: «Η επιθυμία να γνωρίσουμε το Θεό είναι η συνεχής ανησυχία της καρδιάς μας γι᾽ Αυτόν». Την ίδια επιθυμία επισημαίνει και ο ίδιος ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος στην ποίησή του. Αναφέρει συγκεκριμένα σε κάποιους στίχους του:

«Αγάπη είναι το όνομα
μιας συνεχούς ανησυχίας της καρδιάς.
Και η ατέλειωτη αυτή λαχτάρα,
είναι το σύμβολο της ζωής μου.»

Σ' αυτούς τους στίχους ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος λέει ότι, εκείνο που απαιτείται, για να μπορέσουμε να φτάσουμε στην τελική μας επικοινωνία με το Θεό, είναι η συνεχής ανησυχία της καρδιάς. Η ανησυχία της καρδιάς είναι το αποτέλεσμα του κυρίαρχου πάθους μας για το Θεό. Όταν επιθυμούμε κάτι πάρα πολύ και δεν το αποκτάμε, τότε νιώθουμε ανήσυχοι. Η ανησυχία της καρδιάς είναι ένας βασικός καθοριστικός παράγοντας στην προσπάθειά μας να κατακτήσουμε το στόχο μας, γιατί μας ωθεί να καταβάλουμε επιπλέον προσπάθειες. Αν δε νιώθουμε αυτή την ανησυχία, δε θα προσπαθήσουμε και δεν θα κατορθώσουμε τίποτα.

Προσεύχομαι λοιπόν ώστε ο καθένας μας να μην αφιερώνει απλώς χρόνο και κόπο για να φτάσει να αναπτυχθεί Πνευματικά αλλά ο χρόνος και οι προσπάθειές του να χαρακτηρίζονται από το κυρίαρχο πάθος να γνωρίσει το Θεό και να πραγματοποιήσει τον αληθινό του εαυτό. Προσεύχομαι τέλος στον Παντοδύναμο να εμφυσήσει στον καθένα μας αυτό το κυρίαρχο πάθος, έτσι ώστε στη διάρκεια αυτής του ζωής να φτάσει στην *Αυτογνωσία* και στη *Θέωση*.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο

Το μονοπάτι της Μυστικιστικής Αγάπης



18. Πώς ανακαλύπτουμε την Πνευματική Αγάπη

Τι θα σκεφτόσασταν αν κάποιος σας έλεγε ότι υπάρχει μια σχέση στην οποία θα μπορούσατε να βρείτε τέλεια Αγάπη, αποδοχή, ηρεμία και μακαριότητα. Μια σχέση που θα παρέμενε ακλόνητη στους ανέμους των αλλαγών και αναλλοίωτη στο πέρασμα του χρόνου; Οι περισσότεροι άνθρωποι ονειρεύονται μια τέτοια Αγάπη και περνάνε τη ζωή τους αναζητώντας εκείνους που θα μπορούσαν να εκπληρώσουν αυτό τους το όνειρο και αποθέτουν τις ελπίδες τους σε κάθε τυχαία γνωριμία, που μοιάζει να κρατάει την υπόσχεση της αιώνιας ευτυχίας και Αγάπης.

Δυστυχώς όμως, με την πάροδο του χρόνου, διαπιστώνουν ότι δεν υπάρχει κανείς που να ανταποκρίνεται πλήρως στις προσδοκίες τους. Η ευθυμία που χαρακτηρίζει τις πρώτες μέρες των σχέσεών μας, μετατρέπεται σταδιακά σε απογοήτευση. Εμείς τότε είτε συμβιβαζόμαστε και περνάμε την υπόλοιπη ζωή μας δυστυχισμένοι μέσα σε μια σχέση που δε μας ικανοποιεί ή συνεχίζουμε την αναζήτησή μας για τον ιδανικό σύντροφο. Ακόμη κι αν τύχει να βρούμε μια σχέση που φαντάζει υπέροχη, ο θάνατος που καιροφυλακτεί έρχεται τελικά να αρπάξει μέσα από την αγκαλιά μας αυτόν που αγαπάμε. Εκείνο που κάποτε ήταν Αγάπη, μετατρέπεται τελικά σε απόγνωση και πόνο. Αρχίζουμε λοιπόν να αναρωτιόμαστε αν μπορεί ποτέ να υπάρξει μια τέλεια σχέση σ᾽ αυτόν τον κόσμο.

Τι είναι η Πνευματική Αγάπη

Ένα από τα βιβλία με τις μεγαλύτερες πωλήσεις στις ημέρες μας είναι η αφήγηση μιας γυναίκας που ταξίδεψε πέρα από την πύλη του θανάτου, βιώνοντας παραθανάτιες εμπειρίες. Το απίστευτο ταξίδι της Μπέτι Ίντι, που είναι η συγγραφέας του βιβλίου «*Αγκαλιασμένη από το Φως*», ανάβει στην καρδιά

τού κάθε ανθρώπου τη φλόγα της ελπίδας, ότι υπάρχει η τέλεια αγάπη. Περιγράφει την απίστευτη αγάπη που ένιωσε στη διάρκεια των παραθανάτιων εμπειριών της, όταν συνάντησε ένα φωτεινό Ον που την αγκάλιασε με τόση Αγάπη, που όμοιά της δεν υπάρχει στο φυσικό κόσμο. Η ίδια την περιγράφει σαν Αγάπη γεμάτη αποδοχή, ως Αγάπη χωρίς όρους, όπου αγαπιέται κανείς γι᾽ αυτό που είναι, με όλα του τα ελαττώματα και τις αδυναμίες. Είναι μια Αγάπη που εμπεριέχει τόση μακαριότητα και έκσταση, που κανείς δεν επιθυμεί να επιστρέψει πίσω σ᾽ αυτόν τον κόσμο. Η Μπέτι Ίντι ανακάλυψε την τέλεια Αγάπη, μια Αγάπη που ποτέ δε θα μπορούσε να τελειώσει ή να χαθεί. Ανακάλυψε την Πνευματική Αγάπη.

Οι αφηγήσεις παραθανάτιων εμπειριών έχουν πολλά κοινά στοιχεία, ανάμεσα στα οποία είναι το τούνελ που οδηγεί σ᾽ έναν κόσμο Φωτός και η άπειρη Αγάπη που δέχεται κανείς από μια οντότητα υπερκόσμιου Φωτός και γαλήνης. Όταν ακούμε ότι γύρω στα οκτώ εκατομμύρια άνθρωποι έχουν διηγηθεί τις παραθανάτιες εμπειρίες που βίωσαν, μένουμε κατάπληκτοι. Είναι εξαιτίας της προόδου της σύγχρονης επιστήμης και της ιατρικής, που επανέρχονται στη ζωή όλο και περισσότεροι άνθρωποι που ήταν κλινικά νεκροί. Αν και οι άνθρωποι είχαν ανέκαθεν παραθανάτιες εμπειρίες, δεν υπήρχαν τα μέσα με τα οποία θα μπορούσαν να επανέλθουν στη ζωή, οπότε και οι αφηγήσεις των εμπειριών τους χάθηκαν από τα χέρια του θανάτου. Στις μέρες μας, που έχουμε τη δυνατότητα να θέσουμε εκ νέου σε λειτουργία την καρδιά και την αναπνοή, όλο και περισσότεροι άνθρωποι μπορούν να επανέλθουν στη ζωή και μετά να είναι σε θέση να μας διηγηθούν τις θαυμαστές τους εμπειρίες, γι᾽ αυτό που βρίσκεται πέρα από την πύλη του θανάτου.

Αυτές οι περιγραφές επιβεβαιώνουν τα λεγόμενα των αγίων και των μυστών όλων των εποχών. Πολλοί φωτισμένοι άνθρωποι ήταν σε θέση να υπερβούν τη συνειδητότητα του φυσικού τους σώματος, ακόμη και εν ζωή χωρίς να έχουν παραθανάτιες εμπειρίες. Μπόρεσαν να ταξιδέψουν στο υπερπέ-

ραν χρησιμοποιώντας μια τεχνική που είναι γνωστή ως "διαλογισμός" ή "ενόραση". Όλοι όσοι τελειοποίησαν αυτήν την τεχνική και ταξίδεψαν στο υπερπέραν μιλούν για δύο ίδια καθοριστικά στοιχεία: το Φως και την Αγάπη.

Η μελέτη των Γραφών, των ιερών βιβλίων και των θρησκευτικών κειμένων των διάφορων δογμάτων μάς αποκαλύπτει ότι οι μύστες και οι άγιοι βρήκαν μια Αγάπη τόσο τέλεια, τόσο μακάρια και τόσο πλήρη, που δεν υπάρχει όμοιά της σ' αυτόν τον κόσμο. Οι μύστες και οι άγιοι μιλούν για την πνευματική Αγάπη. Περιγράφουν την ποιότητα της Αγάπης που οι περισσότεροι από μας ψάχνουμε να βρούμε. Περιγράφουν μια Αγάπη χωρίς όρους, μια Αγάπη εκστατική και αιώνια, μια Αγάπη ανάμεσα στην ψυχή ή τον ανώτερο Εαυτό και το Δημιουργό.

Μορφές και εκφράσεις της Αγάπης

Όταν χρησιμοποιούμε τη λέξη "Αγάπη" μας έρχονται στο μυαλό πολλές εικόνες, όπως η αγάπη ανάμεσα σε γονείς και παιδιά, η αγάπη μεταξύ εραστών, μεταξύ συζύγων, μεταξύ αδερφών και μεταξύ φίλων. Κάποιοι αγαπούν τα κατοικίδια ζώα τους, άλλοι αγαπούν τα αυτοκίνητά τους και άλλοι αγαπούν τη δουλειά τους. Υπάρχουν κι αυτοί που πεθαίνουν από αγάπη για την πατρίδα τους. Η έννοια της αγάπης χρησιμοποιείται ακόμη και για τα φαγητά που μας αρέσουν, όταν λέμε για παράδειγμα ότι λατρεύουμε το παγωτό ή την πίτσα. Η λέξη αγάπη καλύπτει μια ευρεία κλίμακα εμπειριών, από το «μου αρέσει» μέχρι το ερωτικό πάθος.

Ο καθένας μας έχει βιώσει την εμπειρία της αγάπης σε πολλά διαφορετικά επίπεδα. Όσοι είμαστε γονείς γνωρίζουμε την απέραντη αγάπη που νιώθουμε για τα παιδιά μας, που τα νιώθουμε σαν κομμάτια του εαυτού μας. Νιώθουμε σαν να μην είναι αρκετή καμιά θυσία απ' όσες κάνουμε, όταν πρόκειται για την ευημερία τους. Οι γονείς ξοδεύουν όλα τους τα χρήματα για να προσφέρουν στα παιδιά τους παιχνίδια, τροφή, ρού-

χα, μόρφωση και γενικά προσπαθούν να ικανοποιήσουν κάθε τους ιδιοτροπία. Αφιερώνουν χρόνο για να παίξουν μαζί τους, να τους μάθουν διάφορα πράγματα ή να τα πάνε στο σχολείο, στο γήπεδο, στις βιβλιοθήκες ή όπου αλλού κρίνουν σκόπιμο, προκειμένου να εξασφαλίσουν τη σωματική και νοητική τους ανάπτυξη. Γνωρίζουμε επίσης ότι υπάρχουν πολλοί που έχουν θυσιάσει ακόμη και τον εαυτό τους προκειμένου να σώσουν τη ζωή του παιδιού τους.

Πολλοί από μας γνωρίζουν το μέγεθος της αγάπης που υπάρχει μεταξύ των συζύγων ή ανάμεσα σε δυο ερωτευμενους ανθρώπους. Πρόκειται για ένα βαθύ συναίσθημα, μια αγάπη που κατακαίει τα πάντα. Οι ερωτευμένοι είναι τόσο χαμένοι στο αντικείμενο της αγάπης τους, που συχνά ταυτίζονται τελείως με αυτό και τότε οι δύο μοιάζει να γίνονται ένα. Οι γιατροί έχουν προσπαθήσει να αναλύσουν επιστημονικά αυτήν τη μορφή αγάπης και έχουν επιχειρήσει να συνδέσουν αυτήν την κατάσταση με ορμονικές αντιδράσεις που αυξάνουν τα επίπεδα συγκεκριμένων ουσιών, οι οποίες προκαλούν στο σώμα μας μια αίσθηση ευφορίας και μακαριότητας. Λένε ότι η εξέλιξη παίζει στους ανθρώπους αυτά τα παιγνίδια για να εξασφαλίσει τη διαιώνιση του είδους μέσω της αναπαραγωγικής διαδικασίας. Είτε το νιώθουμε απλώς ως χημικό φαινόμενο ή ως μια συναισθηματική κατάσταση, ο έρωτας έχει πανίσχυρη επίδραση στους ανθρώπους και λειτουργεί σαν μέσο για να ενωθούν δυο άνθρωποι με ισχυρούς δεσμούς. Αλλά όπως όλοι γνωρίζουμε, η τρέλα του ερωτικού πάθους μπορεί να εμφανίζεται στην αρχή μιας σχέσης αλλά με την πάροδο του χρόνου μετατρέπεται σε ένα πιο βαθύ συναίσθημα αγάπης, που αντέχει και στις πιο σφοδρές καταιγίδες της ζωής. Κάποιοι αναζητούν μόνον το πάθος ή την έξαψη που προκαλούν οι ερωτικές σχέσεις και μόλις αυτά χαθούν, είτε επέρχεται η απογοήτευση είτε αρχίζει η αναζήτηση για έναν καινούριο έρωτα. Έτσι, εκατομμύρια άνθρωποι, μόλις παρέλθουν τα αρχικά στάδια του έρωτα, καταλήγουν να χωρίσουν και αναζητούν νέους ερωτικούς συντρόφους, για να αναζωπυρώσουν τη φλόγα του έρωτα.

Τα μέσα μαζικής επικοινωνίας και ο κινηματογράφος έχουν κάνει τους ανθρώπους να πιστεύουν ότι, αν οι ίδιοι δεν είναι χαμένοι στο ερωτικό τους πάθος, δεν υπάρχει πια αγάπη. Οι πιο σοφοί όμως γνωρίζουν ότι μπορεί να υπάρξει Αγάπη σ' ένα ψηλότερο επίπεδο, όταν δυο καρδιές ενώνονται ακόμα και χωρίς να υπάρξει σωματική συνεύρεση. Όσοι το αντιλαμβάνονται διατηρούν τη σχέση τους με τον ίδιο ερωτικό σύντροφο και παραμένουν ενωμένοι σε χαρά και σε λύπη. Το μόνο πράγμα που μπορεί να διακόψει μια τέτοια σχέση είναι ο θάνατος του ενός από τους δύο συντρόφους. Αυτή η απώλεια ωστόσο είναι τόσο οδυνηρή, ώστε ο άλλος σύντροφος σπάνια καταφέρνει να συνέλθει και ζει συντετριμμένος την υπόλοιπη ζωή του.

Πολλές μορφές εγκόσμιας αγάπης βρίσκονται στο επίπεδο της προσκόλλησης. Έχουμε την εντύπωση ότι ο σύντροφος ή το παιδί μας είναι κτήμα μας και τους μεταχειριζόμαστε με ανάλογο τρόπο. Δεν τους επιτρέπουμε να είναι ο εαυτός τους, να έχουν δικιά τους αυτοτελή ζωή ή να ωριμάσουν. Έχουμε την αίσθηση ότι μας ανήκουν, οπότε απαιτούμε να κάνουν αυτό που εμείς επιθυμούμε. Τέτοιες σχέσεις, αντί να πλημμυρίζουν με τη χαρά της αγάπης, οδηγούν σε συνεχείς προστριβές μεταξύ των ανθρώπων, οι οποίοι προσπαθούν να εξουσιάσουν ο ένας τον άλλον. Αυτές οι σχέσεις χαρακτηρίζονται από θυμό, μνησικακία, καβγάδες, ακόμη και βία. Η βία ανάμεσα σε γονείς και παιδιά δυστυχώς δεν είναι ασυνήθιστο φαινόμενο. Γνωρίζουμε περιπτώσεις που οι γονείς κακομεταχειρίζονται τα παιδιά τους και περιπτώσεις που τα παιδιά, αντιδρώντας στην κακοποίηση που υφίστανται, στρέφονται εναντίον των γονιών τους και φτάνουν μέχρι το σημείο ακόμα και να τους σκοτώσουν. Καθημερινά ακούμε περιπτώσεις συζυγικής κακοποίησης, όπου οι σύντροφοι στη ζωή, φτάνουν σε τέτοια επίπεδα βίας, που μπορεί να καταλήξουν ακόμη και στο φόνο. Είναι συνταρακτικά αυτά που συμβαίνουν σήμερα στον κόσμο και όλα στο όνομα της αγάπης. Εκείνο που κάποτε ήταν μια τρυφερή σχέση αγάπης, μετατρέπεται από την τόση βία σε μια σχέση

που ξεπερνά ακόμα και τα όρια της εχθρότητας ή του μίσους.

Η στρεβλή μας αντίληψη για την αγάπη έχει οδηγήσει σήμερα τους ανθρώπους στην αναζήτηση άλλων μορφών λατρείας. Πολλοί απομακρύνονται από τους ανθρώπους και βυθίζονται στην αγάπη για υλικά αγαθά. Βλέπουμε ανθρώπους να λατρεύουν το χρήμα, τη χλιδή, τα εντυπωσιακά αυτοκίνητα και άλλα υλικά αντικείμενα. Άλλοι αναπτύσσουν υπερβολική αγάπη για τα κατοικίδια ζώα τους και άλλοι αναπτύσσουν καταστροφικές συνήθειες, στην προσπάθειά τους να ικανοποιήσουν τη δίψα τους για αγάπη. Βλέπουμε ανθρώπους να εθίζονται στα ναρκωτικά, στο αλκοόλ ή στο φαγητό, για να γεμίσουν το κενό που νιώθουν στη ζωή τους.

Αν αναλύσουμε την κατάσταση, θα διαπιστώσουμε ότι όλες οι μορφές αγάπης στον κόσμο οδηγούν τελικά στην απογοήτευση. Αυτό συμβαίνει επειδή οι άνθρωποι αναζητούν την αγάπη σε λάθος μέρη. Πιστεύουν ότι μπορούν να βρουν την ευτυχία στην εγκόσμια αγάπη, αλλά αυτό είναι κάτι ανέφικτο. Είναι σαν να προσπαθούμε να αγκαλιάσουμε τα σύννεφα. Ό,τι υπάρχει σ᾽ αυτόν τον κόσμο είναι απατηλό και εφήμερο και δεν κρατάει για πάντα. Όλα όσα ανήκουν σ᾽ αυτόν τον κόσμο υπόκεινται στην αλλαγή, στη φθορά και τελικά στη διάλυση. Υπάρχει μόνον ένα μέρος όπου μπορούμε να βρούμε μια αγάπη μόνιμη και διαρκή. Η μόνη αιώνια Αγάπη είναι η αγάπη που βρίσκεται μέσα μας.

Ο θησαυρός της Αγάπης βρίσκεται μέσα μας

Υπάρχει μια ιστορία για έναν πολύ φτωχό άνθρωπο που ζούσε σε κάποιο χωριό και προσπαθούσε να εξασφαλίσει τα προς το ζην καλλιεργώντας τη γη. Τα εισοδήματά του όμως δεν επαρκούσαν για να έχει ωραίο σπίτι, πλούσια και κομψά ρούχα και άλλα υλικά αγαθά. Εξαιτίας της φτώχιας του, είχε γίνει ο περίγελος της γειτονιάς. Ο ίδιος όμως ήταν ικανοποιη-

μένος με αυτά που κατείχε, γιατί πίστευε στο Θεό και αφιέρωνε τον ελεύθερο χρόνο του σε διαλογισμό και προσευχές προς τον Κύριο. Κάποιοι από τους δήθεν φίλους του τον συμβούλεψαν να μη χάνει τον καιρό του σε προσευχές, αλλά να κάνει κάτι για να βελτιώσει τις συνθήκες διαβίωσής του. Αν και ο ίδιος ήταν αρκετά ευτυχισμένος με τη λατρεία του για το Θεό, οι φίλοι του με τα λεγόμενά τους τον έκαναν να πιστέψει ότι θα μπορούσε να είναι πιο ευτυχισμένος, αν αποκτούσε περισσότερα υλικά πλούτη.

Μια μέρα ο φτωχός χωρικός είδε ένα όνειρο, στο οποίο του παρουσιάστηκε μια πνευματική μορφή και του είπε να πάει στην πόλη, όπου θα έβρισκε έναν τεράστιο θησαυρό. Έτσι, επηρεασμένος από την πίεση των άλλων να αποκτήσει πλούτη, αποφάσισε να υπακούσει στο όνειρο και ξεκίνησε για την πόλη. Όταν μετά από πολλές ώρες ταξίδι έφθασε στην πόλη, μην ξέροντας πού να πάει και αγνοώντας τους νόμους, άρχισε να περιφέρεται άσκοπα στους δρόμους. Αυτό κίνησε τις υποψίες των αστυνομικών, που τον συνέλαβαν και τον οδήγησαν στο γραφείο του διοικητή τους.

«Τι θέλεις και γυρνάς στους δρόμους μέρα και νύχτα»; τον ρώτησε ο διοικητής της αστυνομίας.

«Ψάχνω, γιατί είδα σε όνειρο ότι θα έβρισκα έναν τεράστιο θησαυρό εδώ στην πόλη», απάντησε ο φτωχός χωρικός.

«Είσαι ανόητος, τον επέπληξε ο διοικητής. Κι εγώ είδα πολλά τέτοια όνειρα για θησαυρούς. Αυτά είναι απλώς όνειρα που εγώ δεν τους δίνω σημασία, γιατί είναι όλα άχρηστα και ψεύτικα. Κάποτε για παράδειγμα ονειρεύτηκα ότι θα έπρεπε να πάω σε μια φτωχή καλύβα σ᾽ ένα χωριό έξω από την πόλη. Δίπλα από την καλύβα, θυμάμαι, περνούσε ένα μικρό ρυάκι και εκεί κοντά υπήρχε και ένα μικρό αγρόκτημα, το σπίτι όμως ήταν φτωχικό. Μου είπαν λοιπόν στο όνειρό μου ότι εκεί θα έβρισκα έναν τεράστιο θησαυρό. Ποτέ δεν πήγα εκεί, γιατί τα όνειρα δε βγαίνουν αληθινά».

Καθώς ο διοικητής περιέγραφε το σπίτι, ο φτωχός αυτός άνθρωπος έμεινε εμβρόντητος καθώς το σπίτι που περιέγρα-

φε ήταν ίδιο ακριβώς με το δικό του! Ο διοικητής τελικά τον άφησε ελεύθερο και τον συμβούλεψε να γυρίσει στο χωριό του. Ο χωρικός έφυγε περιχαρής, γιατί σκέφθηκε ότι υπήρχε πιθανότητα να βρει ένα θησαυρό να τον περιμένει στην αυλή τού σπιτιού του! Πήγε λοιπόν στο σημείο που περιέγραψε ο διοικητής της αστυνομίας και άρχισε να σκάβει. Βρήκε πράγματι ένα μεγάλο μπαούλο γεμάτο πολύτιμα αντικείμενα, που τον έκαναν πολύ πλούσιο. Πού να το φανταζόταν ότι όλον αυτό τον καιρό υπήρχε ένας τόσο μεγάλος θησαυρός κρυμμένος μέσα στο ίδιο του το σπίτι!

Έτσι κι εμείς, ψάχνουμε για αγάπη εξωτερικά σ᾽ ολόκληρο τον κόσμο, ενώ η Αγάπη βρίσκεται κρυμμένη μέσα μας. Αυτή η Αγάπη υπάρχει μέσα σε κάθε πλάσμα και στην πραγματικότητα αυτή η Αγάπη είναι η αληθινή μας φύση. Είναι η ψυχή, που είναι όλο Αγάπη. Είναι μια σπίθα του ανώτερου Εαυτού ή του Δημιουργού.

Οι Γραφές περιγράφουν το Θεό ως την απόλυτη Αγάπη και για την ψυχή λένε ότι είναι της ίδιας ουσίας με το Θεό. Αν μπορέσουμε να διεισδύσουμε μέσα μας, θα ανακαλύψουμε μία ανώτερη μορφή Αγάπης. Θα ανακαλύψουμε τον Ωκεανό της Αιώνιας Αγάπης, που είναι ο ίδιος ο Θεός.

Το κάλεσμα του Θεού

Η εγκόσμια αγάπη είναι εφήμερη και υπόκειται στην αλλαγή και στη φθορά. Η πνευματική Αγάπη αντίθετα είναι μόνιμη και διαρκής, γιατί είναι ο Ίδιος ο Θεός. Ο Θεός είναι αιώνιος, αναλλοίωτος και εκτός χρόνου. Είναι μια αιώνια και απέραντη θάλασσα Αγάπης. Είναι μια Αγάπη που δεν υπόκειται στον εγωισμό, στο θυμό, στην κριτική ή στην κτητικότητα. Είναι μια Αγάπη χωρίς όρους και όρια. Ο καθένας από μας είναι μια σπίθα του Θεού. Από Εκείνον δημιουργηθήκαμε, γι᾽ αυτό κι Εκείνος νιώθει απέραντη Αγάπη για κάθε ψυχή μέσα στη Δημιουργία και λαχταρά να στρέψουμε το πρόσωπό μας προς

το μέρος Του. Περιμένει υπομονετικά να πάρουμε το δρόμο που οδηγεί στον Οίκο Του. Προς το παρόν είμαστε απορροφημένοι στον κόσμο των αισθήσεων και μόλις που σκεπτόμαστε το Θεό, εκτός βέβαια κι αν αντιμετωπίσουμε δυσκολίες ή βάσανα. Μας αφήνει λοιπόν να κάνουμε ό,τι μας αρέσει, χωρίς να μας επιβάλλεται τίποτα με το ζόρι. Μας ψιθυρίζει όμως με απαλή φωνή, ελπίζοντας ότι μια μέρα θα επιστρέψουμε στην ανοιχτή Αγκαλιά Του.

Σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας υπάρχουν στιγμές που νιώθουμε να πλησιάζουμε πιο κοντά στο Θεό. Αυτές είναι στιγμιαίες εξάρσεις, κατά τις οποίες αισθανόμαστε το δεσμό μας μαζί Του. Μερικοί από μας μάλιστα χύνουν καυτά δάκρυα, καθώς θυμόμαστε αυτόν το δεσμό Αγάπης που μοιάζει τόσο οικείος, σαν μια ξεχασμένη ανάμνηση από το παρελθόν μας. Κάποιες φορές ακούμε ένα ωραίο μουσικό κομμάτι, που δονεί τις χορδές της καρδιάς μας. Μπορεί να διαβάσουμε έναν εμπνευσμένο στίχο ή ένα εδάφιο από τις Γραφές, που αυξάνει την ένταση της λαχτάρας μας να γνωρίσουμε το Θεό. Άλλοτε πάλι, ακούγοντας για μια ευγενική πράξη, νιώθουμε μια ανώτερη αίσθηση συγκίνησης στα στήθη μας. Μπορεί να συναντήσουμε κάποιον που να είναι αφοσιωμένος στο Θεό και το παράδειγμά του να μας δώσει την έμπνευση να γίνουμε κι εμείς σαν κι αυτόν. Όλοι αυτοί είναι οι ευγενικοί τρόποι που χρησιμοποιεί ο Θεός, για να μας υπενθυμίσει την παρουσία Του.

Κάθε φορά που ακούμε το κάλεσμά Του, έχουμε την ευκαιρία να επιστρέψουμε κοντά Του. Μερικοί από μας αφήνουν αυτές τις ευκαιρίες να περάσουν ανεκμετάλλευτες και επιστρέφουν στον παντοτινά περιστρεφόμενο τροχό της καθημερινότητας. Άλλοι πάλι παρακινούνται να αναζητήσουν την Πηγή των ευγενικών αυτών ψιθύρων. Είναι οι άνθρωποι που αντιλαμβάνονται το γεγονός ότι έχουμε μιαν ανώτερη φύση. Είναι οι άνθρωποι που αρχίζουν να ζητούν από το Θεό τη βοήθειά Του για να Τον βρουν. Τέτοιες στιγμές εμφανίστηκαν στη ζωή πολλών μεγάλων ψυχών, όπως π.χ. στο Βούδα που όταν ήταν ακόμα νέος, παντρεμένος με μια ωραία γυναίκα και

έχοντας ένα θαυμάσιο γιο, εγκατάλειψε το παλάτι του πατέρα του, αποποιήθηκε τη διαδοχή του θρόνου και έβαλε ως σκοπό της ζωής του την αναζήτηση της Αλήθειας. Αφορμή για αυτή του την απόφαση υπήρξε ο πόνος που ένιωσε όταν κάποτε βγαίνοντας από το παλάτι συνειδητοποίησε τη δυστυχία και την κακομοιριά των ανθρώπων, ακριβώς έξω από το παλάτι στο οποίο ο ίδιος ζούσε.

Για τον Γκουρού Αμάρ Ντας η στιγμή που αφυπνίστηκε μέσα του η επιθυμία να αναζητήσει το Δημιουργό παρουσιάστηκε στα εβδομήντα του χρόνια, όταν άκουσε τη γυναίκα του ανιψιού του να ψάλει έναν εμπνευσμένο ύμνο από τις Γραφές. Στη ζωή του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ υπήρξε μια ανάλογη σημαδιακή στιγμή, όταν κάποτε παρευρέθηκε στην αποτέφρωση ενός νέου, που λίγες ώρες πριν έσφυζε από ζωντάνια. Βλέποντας το σώμα του να έχει παραδοθεί στις φλόγες, γεννήθηκε στο νου του το εξής ερώτημα: «Τι ήταν εκείνο που υπήρχε προηγουμένως στο σώμα και του έδινε ζωή και τώρα έχει φύγει;» Από εκείνη τη στιγμή κι έπειτα έχυνε δάκρυα μέρα και νύχτα, καθώς προσευχόταν στον Κύριο να τον οδηγήσει σε κάποιον που θα μπορούσε να του δείξει την Αλήθεια για τη ζωή και το θάνατο.

Η πνευματική Αγάπη μάς καλεί κάθε στιγμή με το που θα στρέψουμε το βλέμμα μας προς το μέρος της και με ειλικρίνεια προσευχηθούμε στον Κύριο να μας φέρει στην Αγκαλιά Του. Εκείνος σίγουρα θα ανταποκριθεί. Αν και είναι δύσκολο να το πιστέψουμε, το μόνο πράγμα που μας χωρίζει από την αιώνια ευτυχία και αγάπη είναι ο ίδιος μας ο εαυτός. Εμείς οι ίδιοι είμαστε ο χειρότερος εχθρός μας. Ο νους και το εγώ μάς οδηγούν σε μια τρελή κούρσα αναζήτησης της ευτυχίας μέσα στον κόσμο. Αν μόνο σταματήσουμε, καθίσουμε ήρεμοι μέσα στη σιωπή του εαυτού μας και προσευχηθούμε στον Κύριο, Αυτός σίγουρα θα εμφανιστεί μπροστά μας. Θα μας ανυψώσει από το βούρκο του κόσμου και θα μας οδηγήσει στο βασίλειο του Φωτός, όπου μπορούμε να λουστούμε μέσα σε αυτή την Πηγή τής αιώνιας Αγάπης.

Υπάρχουν αφηγήσεις από το βίο μεγάλων αγίων και μυστών, για τον τρόπο που ο Θεός τούς κάλεσε κοντά Του. Μαθαίνουμε από αυτούς πως μόνον όταν είμαστε έτοιμοι και οι κραυγές της ψυχής είναι ειλικρινείς Εκείνος θα φροντίσει να γίνουν όλα όσα χρειάζονται για να ανοίξει ο δρόμος της επιστροφής κοντά Του. Υπάρχει μια ιστορία από τη ζωή ενός ευσεβούς ανθρώπου, που ονομαζόταν Ντάραμ Ντας, και έζησε το δέκατο τέταρτο αιώνα. Ο ίδιος ήταν λάτρης του θεού Κρίσνα και είχε γεμίσει το σπίτι του με πολλά είδωλα και εικόνες του. Μελετούσε τις Γραφές και προσκυνούσε τα είδωλα. Κάποια μέρα, ενώ ο Ντάραμ Ντας ήταν απορροφημένος στις προσευχές του, ο μεγάλος άγιος του καιρού του, ο Καμπίρ Σαχίμπ, εμφανίστηκε μπροστά του και χωρίς περιστροφές τον ρώτησε: «Σου μίλησε ποτέ κανένα απ᾽ αυτά τα είδωλα;» Ο Ντάραμ Ντας συγχίστηκε, που κάποιος τόλμησε να μιλήσει για τα είδωλά του σαν να ήταν αντικείμενα φτιαγμένα απλώς και μόνον από πέτρα. Αλλά πριν προλάβει να ξεσπάσει από το θυμό του, ο Καμπίρ Σαχίμπ εξαφανίστηκε.

Όταν του πέρασε ο θυμός και ηρέμησε κάπως, ο Ντάραμ Ντας άρχισε να συλλογίζεται τα λόγια τού Καμπίρ. Βαθιά μέσα του εύρισκε ότι υπήρχε κάποια αλήθεια σ᾽ αυτή την παρατήρηση του αγίου. Τα είδωλα πράγματι ποτέ δεν του είχαν μιλήσει ούτε του είχαν απαντήσει στις ερωτήσεις του. Ποτέ δεν τον συμβούλεψαν ούτε τον καθοδήγησαν στη ζωή του.

Έτσι επηρεασμένος από τον άγιο και καθώς περνούσε ο καιρός, ο Ντάραμ Ντας άρχισε να χάνει την πίστη του στα είδωλα. Ο Ντάραμ Ντας ήταν πλούσιος και του άρεσε να συνεισφέρει, βοηθώντας όσους είχαν ανάγκη. Έτσι λίγο καιρό αργότερα ενώ καθόταν μαζί με τη γυναίκα του στην αυλή του σπιτιού τους και εκείνη ετοίμαζε φαγητό μέσα σε ένα μεγάλο καζάνι, για να το μοιράσει στους φτωχούς της περιοχής, ξαφνικά εμφανίστηκε πάλι μπροστά τους ο Καμπίρ Σαχίμπ και απευθυνόμενος στον Ντάραμ Ντας του φώναξε: «Είσαι αμαρτωλός». Πριν όμως προλάβει ο Ντάραμ Ντας να απαντήσει, η γυναίκα του πήρε το λόγο και θυμωμένα λέει του αγίου:

«Όποιος αποκαλεί τον άντρα μου αμαρτωλό, είναι αμαρτωλός αυτός ο ίδιος». Ο Καμπίρ της απάντησε: «Δεν με πειράζουν τα λόγια σου, αν όμως θέλεις, άνοιξε με το τσεκούρι αυτό το κούτσουρο που πας να κάψεις για να βράσεις το φαγητό και δες μόνη σου τις ζωές που πας να καταστρέψεις». Στη συνέχεια ο Καμπιρ έγινε άφαντος. Ο Ντάραμ Ντας θυμήθηκε τα πρώτα λόγια τού Καμπίρ και πόση αλήθεια έκρυβαν μέσα τους και αποφάσισε να τον ακούσει και άνοιξε με ένα τσεκούρι το κούτσουρο στη μέση. Μέσα στο κούτσουρο βρήκε να ζουν πολλά ζωύφια, τα οποία θα καιγόνταν μετά από λίγο ζωντανά. Τα λυπήθηκε, τα έβγαλε και μετά πέταξε το κούτσουρο στη φωτιά. Όσο όμως σκεφτόταν τις παρατηρήσεις του Καμπίρ, ένιωθε θλίψη και απογοήτευση που ο άγιος είχε φύγει και δεν του έδωσε την ευκαιρία να τον γνωρίσει καλύτερα και να γίνει μαθητής του.

Ο Ντάραμ Ντας θύμωσε και τα έβαλε με τη γυναίκα του, που εξαιτίας όσων του είπε, ο άγιος προσβλήθηκε και έφυγε. Η γυναίκα του για να τον παρηγορήσει του πρότεινε να οργανώσει ένα συμπόσιο και να προσκαλέσει όλους τους θεοσεβούμενους ανθρώπους της πόλης, με την ελπίδα να έρθει σ᾽ αυτό και ο Καμπίρ και πρόσθεσε: «Μην ανησυχείς. Η ζάχαρη τραβάει τις μύγες. Έχεις πλούτη και όλοι οι άγιοι θα έρθουν πρόθυμα αν τους προσκαλέσεις».

Το επόμενο διάστημα ο Ντάραμ Ντας ξόδεψε πολλά χρήματα και οργάνωσε τρία μεγάλα συμπόσια, με την ελπίδα να εμφανιστεί ο Καμπίρ Σαχίμπ, ώστε να του δοθεί η δυνατότητα να τον συναντήσει.

Σε κάθε συμπόσιο μοίραζε χρήματα και δώρα στους ευσεβείς αυτούς ανθρώπους, αλλά ο Καμπίρ δεν εμφανίστηκε ποτέ. Στην προσπάθειά του να βρει τον Καμπίρ, ο Ντάραμ Ντας ξόδευε συνέχεια χρήματα, μέχρι που δεν του έμεινε τίποτα και έπεσε στη φτώχια. Χωρίς να έχει βρει τον πνευματικό Διδάσκαλο που επιθυμούσε και έχοντας χάσει όλα του τα χρήματα, πάνω στην απελπισία του αποφάσισε να θέσει τέρμα στη ζωή του. Στο κάτω-κάτω τι του είχε απομείνει; Είχε χάσει

την πίστη του στα είδωλα, είχε χάσει τα χρήματά του και δεν μπορούσε πια να κάνει δωρεές και φιλανθρωπίες για να προβάλλεται το όνομά του και το σημαντικότερο, δεν μπορούσε να βρει εκείνον που φαινόταν να κρατάει τις απαντήσεις στα πνευματικά του ερωτήματα. Παράτησε λοιπόν το σπίτι του και κατευθύνθηκε στο ποτάμι, όπου αποφάσισε να πέσει για να πνιγεί. Φρόντισε μάλιστα να περπατάει από εκείνη τη μεριά του ποταμού που κανείς δε θα μπορούσε να τον δει και να τον σταματήσει. Τη στιγμή όμως που ήταν έτοιμος να πηδήξει στο νερό, ως εκ θαύματος, είδε άλλη μια φορά τον Καμπίρ Σαχίμπ να στέκεται δίπλα του. Ο άγιος, για τον οποίον είχε προσευχηθεί τόσο πολύ, τελικά εμφανίστηκε. Ο Ντάραμ Ντας άρχισε να κλαίει γοερά και έσκυψε με σεβασμό να αγγίξει με σεβασμό τα πόδια του αγίου. Μα κραυγή βγήκε μέσα από τα στήθη του και είπε: «Ω άγιε, αν είχες έρθει νωρίτερα, θα είχα να σου προσφέρω κάποια χρήματα. Τώρα όμως που εμφανίστηκες είμαι πάμφτωχος και εξαντλημένος και δεν υπάρχει κάτι που να μπορώ να κάνω για σένα ». Ο Καμπίρ του χαμογέλασε και με πολλή Αγάπη τού θύμισε τα οργισμένα λόγια της γυναίκας του. «Αν είχα έρθει νωρίτερα θα είχες σκεφτεί ότι η μύγα έχει έρθει για τη ζάχαρη». Στη συνέχεια τον έβαλε σε διαλογισμό και του χάρισε την εμπειρία του θείου Φωτός και της Ουράνιας Μουσικής που βρίσκονται μέσα μας. Ο Ντάραμ Ντας αφυπνίστηκε στην πνευματική Αγάπη και πέταξε ψηλά στα πνευματικά βασίλεια. Μέσα σε λίγο καιρό και με την καθοδήγηση του πνευματικού του Διδασκάλου, κατάφερε να επανενώσει την ψυχή του με τον Κύριο.

Αυτή η ιστορία, με πολύ παραστατικό τρόπο, αποτυπώνει ανάγλυφα το γεγονός πως, όταν με ειλικρίνεια επιθυμούμε την Αγάπη του Κυρίου, όποιοι και αν είμαστε, όποιο Θεό και να πιστεύουμε, Εκείνος κανονίζει να Τον βρούμε. Φροντίζει να έρθουμε σε επαφή με κάποιον που είναι σε θέση να μας δείξει το δρόμο της επιστροφής κοντά Του.

Ένας ωκεανός είναι η Πνευματική Αγάπη

Αν διαβάσετε τους βίους των αγίων και των μυστών, θα ανακαλύψετε ότι οι περισσότεροι απ᾽ αυτούς είχαν ένα δάσκαλο που τους βοήθησε να βρουν το δρόμο που οδηγεί στα πνευματικά πλούτη που βρίσκονται μέσα μας. Μπορεί να πιστεύουμε ότι είμαστε σε θέση να τα βρούμε μόνοι μας, αλλά αν εξετάσουμε τη ζωή μας, θα διαπιστώσουμε ότι ούτε τα έχουμε βρει μέχρι τώρα μόνοι μας ούτε έχουμε μπει στο δρόμο από έναν πνευματικό δάσκαλο, που να είναι ο ίδιος αρμόδιος να μας οδηγήσει πίσω στον Ωκεανό της Αγάπης.

Τι μπορεί να κάνει ένας Διδάσκαλος για μας; Ο Διδάσκαλος μάς δείχνει πώς να εσωστραφούμε και ένας τέτοιος Διδάσκαλος δε θα ζητήσει ποτέ από κανένα να τον προσκυνήσει. Απλώς διδάσκει μια μέθοδο με την οποία ο καθένας μπορεί να έλθει σε επαφή με τη θεία Αγάπη που ήδη βρίσκεται μέσα του. Ένας αληθινός Διδάσκαλος είναι ο καταλύτης που ανάβει τη φλόγα της θείας Αγάπης μέσα μας. Αληθινός Διδάσκαλος είναι αυτός που μας δίνει το κλειδί να ανοίξουμε την καρδιά μας στη θεία Αγάπη. Ποιά είναι η τεχνική που χρησιμοποιείται για να επιστρέψουμε στον Ωκεανό της πνευματικής Αγάπης που βρίσκεται μέσα μας; Όλοι όσοι έχουν ανακαλύψει αυτήν την αιώνια θάλασσα είπαν ότι έφτασαν εκεί μέσα από μια διαδικασία διαλογισμού. Ολόκληρη η Δημιουργία κολυμπάει μέσα μας, αλλά εμείς δεν το αντιλαμβανόμαστε. Για να το διαπιστώσουμε, αρκεί να αποσύρουμε την προσοχή μας από τον εξωτερικό κόσμο και να κοιτάξουμε Εσωτερικά.

Το Εσωτερικό ταξίδι μάς οδηγεί σε περιοχές διαδοχικά αυξανόμενης Αγάπης και μακαριότητας, μέχρι που φτάνουμε στο απώτατο στάδιο, στον Ωκεανό της Αγάπης, που ονομάζουμε Θεό και είναι απόλυτο πνεύμα, απόλυτο Φως, απόλυτη συνειδητότητα και απόλυτη Αγάπη. Ο εαυτός μας συγχωνεύεται με τον ανώτερο Εαυτό και γίνεται ένα μαζί Του. Η σταγόνα συγχωνεύεται με τον Ωκεανό και γίνεται ο Ωκεανός. Στο σημείο αυτό δεν είμαστε αποδέκτες της Αγάπης, είμαστε

η ίδια η Αγάπη.

Με τι μοιάζει να συγχωνεύεται κανείς με την Πνευματική Αγάπη; Όταν γίνουμε ένα μ᾽ αυτήν, βλέπουμε την Αγάπη να κατοικεί παντού. Βλέπουμε το Θεό στα πάντα. Γινόμαστε σαν εκείνους τους άγιους και τους μύστες που διαβάζουμε στη μυστικιστική βιβλιογραφία οι οποίοι έχασαν κάθε αίσθηση του δικού τους περιορισμένου εγώ και βίωσαν την κατάσταση του: «*Είμαι Αυτός*», στα Σανσκριτικά «*Άχαμ Μπραχμ Ασμί*». Οι άνθρωποι αυτοί βλέπουν το Θεό στα πάντα και τα πάντα ως Θεό και αρχίζουν να αγαπούν όλη την ανθρωπότητα, όλα τα πλάσματα και όλη την Θεϊκή Δημιουργία. Γίνονται σαν τον Άγιο Φραγκίσκο της Ασίζης, που θεωρούσε όλα τα ζώα ως τα μικρότερα αδέρφια του κάτω από την πατρότητα του Κυρίου και αποκαλούσε το γάιδαρό του «αδελφέ μου».

Οι άνθρωποι που γίνονται ένα με την Πνευματική Αγάπη, κολυμπούν συνέχεια στη θάλασσα της έκστασης. Πιθανότατα να περιστοιχίζονται από προβλήματα υγείας ή από δοκιμασίες και βάσανα. Είναι όμως τόσο χαμένοι μέσα στην Αγάπη, που βγαίνουν σώοι και αβλαβείς μέσα από κάθε καταιγίδα. Θεωρούν ότι καθετί που τους συμβαίνει είναι μέρος του Θείου Θελήματος και το αποδέχονται με πλήρη αυτοπαράδοση και εμπιστοσύνη. Χαμένοι μέσα στην Αγάπη που τους κυριεύει, ακτινοβολούν και οι ίδιοι Αγάπη όπου πηγαίνουν και γίνονται η προσωποποίηση της Αγάπης, της μη βίας, της συμπόνιας και της ανιδιοτελούς προσφοράς και εξυπηρέτησης.

Όταν βιώσουμε την ένωση της ψυχής μας με το Θεό, θα ανακαλύψουμε μια μορφή Αγάπης που παραμένει αναλλοίωτη. Μια Αγάπη διαρκή και αιώνια. Δεν πρέπει πια να μας ανησυχούν η απώλεια ή ο χωρισμός. Ο Θεός είναι μέσα μας. Χρειάζεται απλώς να το συνειδητοποιήσουμε. Όπως λέει και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ σε κάποιους στίχους του:

«Δώσε μια μικρή ώθηση στην ψυχή σου.
Ο Θεός είναι πιο κοντά σου απ᾽ ότι η καρωτίδα σου.
Φώναξέ Τον κι Αυτός σίγουρα θα σε συναντήσει.»

Προσεύχομαι στο Θεό να μπορέσει ο καθένας σας να βρει την αληθινή και μόνιμη Αγάπη, που είναι το κληρονομικό σας δικαίωμα. Στην πραγματικότητα ο καθένας είσαστε μία ψυχή και ως ψυχή είσαστε ένα μέρος από τον Ίδιο το Θεό. Ο αιώνιος Νυμφίος σάς περιμένει μέσα σας με ανοιχτές αγκάλες. Στραφείτε σ᾽ Εκείνον με το διαλογισμό και ξαναενωθείτε με την αληθινή Αγάπη.



19. Το Μονοπάτι της Πνευματικής Αγάπης

Όπου κι αν ταξίδεψα, στην Ινδία ή στο εξωτερικό, πέρασα από αναρίθμητους τόπους λατρείας που ανήκουν σε διάφορες θρησκείες. Κάθε πόλη έχει εκκλησιές και συναγωγές, ναούς και τζαμιά. Εκατομμύρια άνθρωποι σ' ολόκληρο τον κόσμο πηγαίνουν για προσκύνημα σ' αυτά τα άγια μέρη.

Συχνά συλλογίζομαι τον ευγενικό σκοπό για τον οποίο δημιουργήθηκαν οι τόποι λατρείας. Όλοι γνωρίζουμε ότι οι άνθρωποι πηγαίνουν στο σχολείο για να καλλιεργήσουν το νου και τη διάνοιά τους. Πηγαίνουν στα γυμναστήρια και στους στίβους για να δυναμώσουν το σώμα τους. Οι ναοί και οι εκκλησιές δημιουργήθηκαν με σκοπό να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αναπτύξουν την πνευματική τους πλευρά, την ψυχή τους.

Αν εξετάσουμε το μήνυμα που δίδεται σε κάθε ιερό τόπο, θα ανακαλύψουμε ότι υπάρχουν ορισμένες βασικές ομοιότητες. Οι πιστοί κάθε θρησκείας πιστεύουν σε μία Θεία Δύναμη που έφερε όλη τη Δημιουργία σε ύπαρξη, άσχετα αν την ονομάζουν Θεό, Αλλάχ, Βαχι-γκούρου, Υπερψυχή, Δημιουργό ή Κύριο. Όλοι πιστεύουν ότι ο αληθινός μας εαυτός δεν είναι το σώμα αλλά η ψυχή, που κατοικεί στο σώμα. Όλα τα θρησκευτικά δόγματα διδάσκουν ότι «ο σκοπός της ζωής είναι η πραγμάτωση της θείας φύσης της ψυχής και η συγχώνευση με το Θεό» και κάθε θρησκεία διδάσκει ότι «ο Θεός είναι Αγάπη».

Αποστολή της θρησκείας

Στην επιστήμη, μόλις οι ερευνητές ανακαλύψουν την ύπαρξη κάποιου φαινομένου που κρύβεται πίσω από τα φυσικά φαινόμενα, αναπτύσσουν διάφορες θεωρίες. Έτσι οι γεωλόγοι κάποτε εξεπλάγησαν όταν βρήκαν όμοια απολιθώματα ζώων στην ανατολική ακτή της Νότιας Αμερικής και στη δυτική ακτή της Αφρικής. Δεν μπορούσαν να καταλάβουν πώς

τα φυτά και τα ζώα μπόρεσαν να αποδημήσουν πέρα από τον Ατλαντικό. Ερευνώντας περισσότερο αυτό το φαινόμενο, κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι κάποτε η Αφρική και η Νότια Αμερική αποτελούσαν τμήμα μιας ηπείρου, που διαχωρίστηκε εκατομμύρια χρόνια πριν εξαιτίας γεωλογικών δυνάμεων. Τώρα πια έχουν αξιόπιστες αποδείξεις ότι η Νότια Αμερική, η Αφρική, η Αυστραλία και η Ινδική χερσόνησος ήταν όλες κάποτε ενωμένες και αποτελούσαν μία ενιαία ήπειρο. Οι ομοιότητες που βρέθηκαν στα απολιθώματα και στο έδαφος των εξαιρετικά απομακρυσμένων μεταξύ τους ηπείρων αποτέλεσαν αρχικά ενδείξεις για την πρωταρχική ενότητα αυτών των γήινων μαζών, που σήμερα από την επιστήμη θεωρείται γεγονός.

Παρόμοια, αν αναλύσουμε τα διδάγματα κάθε θρησκείας, θα διαπιστώσουμε ότι, μολονότι τα διδάγματα καθεμιάς μοιάζει να διαφέρουν μεταξύ τους, υπάρχουν ορισμένα σταθερά πρότυπα. Παρότι οι θρησκείες εμφανίστηκαν σε διαφορετικές χώρες, με διαφορετικές γλώσσες, με διαφορετικές παραδόσεις και διαφορετική κουλτούρα, ένα κοινό νήμα φαίνεται να περνάει μέσα από καθεμία από αυτές, όπως περνάει το νήμα μέσα από τις χάντρες του κομπολογιού. Κάθε θρησκεία, μπορεί να ακολουθεί διαφορετικά έθιμα, τύπους και τελετουργικά, πίσω όμως από καθεμιά από αυτές βρίσκεται η ίδια βασική αλήθεια. Αυτή η συνειδητοποίηση οδήγησε πολλούς να πιστέψουν ότι η αλήθεια είναι μία και ότι η βάση κάθε θρησκείας είναι μία, παρόλο που εκφράζεται με διαφορετικούς τρόπους.

Κοινές αρχές όλων των θρησκειών είναι: η ύπαρξη του Θεού, η αθανασία της ψυχής και η επίτευξη της ένωσης των δύο σε ένα, μέσα από την οδό της πνευματικής Αγάπης. Ο μεγάλος Διδάσκαλος Σαντ Κιρπάλ Σινγκ έλεγε: «*Ο Θεός είναι Αγάπη. Η ψυχή, που είναι της ίδιας ουσίας με το Θεό, είναι Αγάπη και ο δρόμος της επιστροφής της στο Θεό είναι επίσης η Αγάπη*».

Αυτή η βασική αλήθεια δόθηκε από τους ιδρυτές όλων των θρησκειών. Μέσα στην ιστορία συναντάμε πολλούς με-

γάλους άγιους και μύστες, όπως ο Ράμα, ο Κρίσνα, ο Βούδας, ο Αβραάμ, ο Μωυσής, ο Χριστός, ο Λάο Τσε, ο Μωάμεθ, ο Γκουρού Νάνακ, ο Τούλσι Σαχίμπ και μεγάλους σύγχρονους Διδασκάλους όπως ο Μπάμπα Σαουάν, ο Κιρπάλ Σινγκ και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Όλοι κατάγονταν από διαφορετικές χώρες, με διαφορετικό πολιτιστικό και θρησκευτικό υπόβαθρο και μίλησαν σε διαφορετικές γλώσσες. Ο καθένας τους όμως έφερε το ίδιο μήνυμα: Ο Θεός είναι Αγάπη. Εμείς είμαστε ψυχές. Ο δρόμος πίσω στο Θεό είναι το να αγαπάμε Αυτόν και όλη τη Δημιουργία Του.

Οι άγιοι συνήθως δεν περιορίζονται μόνο στο απλό κήρυγμα τού μηνύματός τους αλλά διδάσκουν στους μαθητές τους μια μέθοδο, για να πετύχουν τη συνένωσή τους με το Θεό. Στην εποχή κάθε μεγάλου μύστη, πολλοί μαθητές κάθισαν στα πόδια του Διδασκάλου τους και έμαθαν κάποια πρακτική τεχνική για να επανενώσουν την ψυχή τους με το Θεό.

Αυτά τα φωτισμένα όντα, ήρθαν για όλη την ανθρωπότητα και στη διάρκεια της ζωής τους είχαν μαθητές με διαφορετικό κοινωνικό, πολιτιστικό και θρησκευτικό υπόβαθρο. Οι άγιοι δεν έρχονται με σκοπό να ιδρύσουν μια καινούρια θρησκεία. Έρχονται να μας προσφέρουν μια πρακτική και απλή μέθοδο για να βρούμε το Θεό. Μόνον όταν αποχωρήσουν από τη γη δημιουργούνται θρησκευτικά δόγματα, που έχουν ως σκοπό να διατηρήσουν ζωντανή τη διδασκαλία τους. Τα δόγματα αυτά τα συστηματοποιούν ιερείς και θεολόγοι με την πρόθεση να διαδώσουν τα διδάγματα του μέντορά τους, με αποτέλεσμα, τα δόγματα αυτά τελικά να αποτελέσουν τον πυρήνα κάποιας νέας θρησκείας. Όμως επειδή, οι ίδιοι οι θεολόγοι δεν είχαν φτάσει στη φώτιση την οποία ο άγιος είχε πετύχει, δεν ήταν σε θέση να προσφέρουν Εσωτερικές εμπειρίες στους αναζητητές και παρουσίαζαν μόνον την εξωτερική πλευρά της πνευματικότητας. Έτσι τα διδάγματα των αγίων γίνονταν όλο και πιο πολύ διανοητικά και πολύπλοκα, και στην πορεία εμπλουτίζονταν με αναρίθμητα τελετουργικά, που συμβόλιζαν τις Εσωτερικές Πνευματικές εμπειρίες, για

τις οποίες οι θεολόγοι είχαν ακούσει αλλά οι ίδιοι δεν είχαν προσωπική εμπειρία. Οι θρησκευτικές οργανώσεις αντί να γίνουν πόλοι έλξης ανθρώπων για να μπορέσουν να μάθουν πώς να βιώνουν Εσωτερικές μυστικιστικές εμπειρίες, έγιναν τόποι κοινωνικής συναναστροφής, όπου διαβάζονται Γραφές και τηρούνται εξωτερικά εθιμοτυπικά.

Αν οι πιστοί κάθε θρησκείας ακολουθούσαν πραγματικά τα διδάγματα των μεγάλων τους αγίων, ολόκληρος ο κόσμος θα γινόταν η κατοικία της Αγάπης. Οι άνθρωποι θα είχαν απευθείας εμπειρία του Θεού. Θα ένιωθαν Αγάπη για όλη την ανθρωπότητα και όλη τη Δημιουργία. Δε θα υπήρχαν πόλεμοι, εγκλήματα ή έριδες, και η χαρά και η ειρήνη θα βασίλευαν πάνω στον πλανήτη μας. Οι πιστοί κάθε θρησκείας θα ένιωθαν ανεκτικότητα, σεβασμό και Αγάπη για τους ανθρώπους όλων των άλλων θρησκειών. Ο καθένας τους θα αναγνώριζε ότι όλοι είμαστε παιδιά ενός Κυρίου, άσχετα αν Τον λατρεύουμε με καλυμμένο κεφάλι ή με ακάλυπτο. Ο καθένας μας θα συνειδητοποιούσε ότι είμαστε αδελφοί και αδελφές κάτω από την πατρότητα του Θεού, άσχετα αν Τον λατρεύουμε ξυπόλυτοι ή φορώντας παπούτσια. Θα συνειδητοποιούσαμε ότι, παρόλο που τα εξωτερικά τυπικά διαφέρουν, όπως και τα λουλούδια μέσα σε έναν κήπο είναι διαφορετικά και πολύχρωμα και εκπέμπουν διαφορετικές γλυκές ευωδιές, έτσι και η θεμελιώδης αλήθεια κάθε θρησκείας, η Εσωτερική της διδασκαλία είναι μία, και αυτή συνοψίζεται στο ότι ο «Θεός είναι αγάπη».

Το μήνυμα και η Αποστολή των Αγίων

Σε κάθε εποχή εμφανίστηκαν στον κόσμο άγιοι, για να μας υπενθυμίσουν την ουσιαστική ενότητα όλων των θρησκειών. Ήρθαν να διδάξουν στην ανθρωπότητα την αιώνια αλήθεια ότι ο Θεός είναι μέσα μας και ότι μπορούμε να Τον φτάσουμε ακολουθώντας το δρόμο της πνευματικής Αγάπης.

Αν ακούγαμε το απλό τους μήνυμα, θα μαθαίναμε κι εμείς πώς να πραγματοποιήσουμε το Θεό και πώς να ξαναενώσουμε την ψυχή μας με την Υπερψυχή. Το πρώτο τους μάθημα είναι ότι ο Θεός είναι όλο Αγάπη. Αφού λοιπόν ο Θεός είναι Αγάπη και η ουσιαστική μας φύση είναι επίσης Αγάπη. Ως άνθρωποι εμείς (*η ψυχή μας*) περιβαλλόμαστε από νου και ύλη και έχουμε ξεχάσει την αληθινή μας φύση, ότι είμαστε ενσαρκωμένες ψυχές. Για να εισέλθουμε στην περιοχή του Θείου, πρέπει να είμαστε απαλλαγμένοι από κάθε ίχνος υλικής ακαθαρσίας. Η αρχέγονη ομορφιά της ψυχής μας έχει καλυφθεί εδώ και αιώνες από το επίχρισμα των αρνητικών γνωρισμάτων του θυμού, της λαγνείας, της απληστίας, της προσκόλλησης και του εγωισμού. Οι άγιοι βλέπουν την έμφυτη ομορφιά κάθε ψυχής, που είναι όμως βαθιά ριζωμένη στο βούρκο του νου και της απατηλότητας και δουλειά τους είναι να μας βγάλουν απ᾽ αυτό το περίπλοκο δίχτυ, έτσι ώστε να ανακτήσουμε την αγνότητά μας, να αποκτήσουμε μια καρδιά γεμάτη Αγάπη για το Θεό και τη Δημιουργία, για να μπορέσουμε να ενωθούμε ξανά με το Δημιουργό.

Ο ρόλος του πνευματικού Ειδήμονα είναι να καθαρίσει την καρδιά μας, ώστε να γίνει αγνή για να μπορεί να ενωθεί με τον αγνό Θεό.

Το πρώτο βήμα προς αυτή την κατεύθυνση πηγάζει από την επιθυμία του αναζητητή να γνωρίσει το Θεό γιατί έρχεται κάποια στιγμή στη ζωή μας που αναρωτιόμαστε ποιοι είμαστε, γιατί είμαστε εδώ, τι είναι ο Θεός και τι θα μας συμβεί μετά το θάνατό μας. Σαν ένα ορφανό ή υιοθετημένο παιδί που όταν μεγαλώσει αρκετά, ρωτάει ποιοι είναι οι πραγματικοί του γονείς, έτσι κι εμείς, αρχίζουμε να αναρωτιόμαστε για τη μεγάλη Δύναμη που μας δημιούργησε. Ο Θεός ακούει την ειλικρινή κραυγή των παιδιών Του και συμπονετικός καθώς είναι, φέρνει τον αναζητητή σε επαφή μ᾽ έναν πνευματικό Διδάσκαλο, που έχει τη δυνατότητα να τον βοηθήσει να βρει την ταυτότητά του και να πραγματοποιήσει το Θεό.

Ο πνευματικός ειδήμονας, ο ίδιος, έχει συγχωνευτεί με τον

Ωκεανό της Αγάπης, που ονομάζεται Θεός, και μπορεί να βοηθήσει και άλλους να κάνουν το ίδιο. Αποστολή του είναι να μας συνδέσει με το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου, δηλαδή το θείο Νάαμ ή Λόγο. Το Ρεύμα αυτό, του Φωτός και του Ήχου, που εκπορεύεται από το Θεό και δημιούργησε τα σύμπαντα των συμπάντων, είναι Αγάπη που επιστρέφει σ᾽ Εκείνον, συμπαρασύροντας μαζί της τις ψυχές που είναι απαλλαγμένες από νου και ύλη, και είναι της ίδιας ουσίας με το Θεό, που είναι απόλυτη Αγάπη. Ο Διδάσκαλος λοιπόν ανοίγει με τη μύηση το Εσωτερικό μας μάτι και το Εσωτερικό μας αυτί, για να μπορέσουμε να δούμε και να ακούσουμε το θείο Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου και μας διδάσκει μια μέθοδο διαλογισμού, με την οποία η προσοχή μας μπορεί να συγκεντρωθεί στην Εστία των ματιών, ώστε να είμαστε σε θέση να απορροφηθούμε Εσωτερικά.

Στην αρχή και κατά τη διάρκεια του διαλογισμού βλέπουμε Εσωτερικά διάφορα χρωματιστά φώτα. Καθώς απορροφιόμαστε περισσότερο, διασχίζουμε τα Εσωτερικά φώτα, τα άστρα, το φεγγάρι και τον ήλιο και κατόπιν φτάνουμε στην Ακτινοβόλο Μορφή του πνευματικού μας Μέντορα. Αυτή η μορφή είναι τόσο θελκτική και τόσο τρυφερή, που απορροφιόμαστε μέσα της όλο και πιο πολύ. Τελικά υπερβαίνουμε τη σωματική μας συνειδητότητα και διασχίζουμε συντροφιά με αυτή την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου τα Εσωτερικά βασίλεια. Με το ξεκίνημα του ταξιδιού, έχουμε ήδη μουσκέψει από θεία Αγάπη και μακαριότητα. Μας παίρνει λοιπόν ο Διδάσκαλος μαζί του στο Αστρικό, στο Αιτιατό και στο Υπεραιτιατό Επίπεδο, μέχρι που τελικά συγχωνευόμαστε με το Θεό, στο καθαρά Πνευματικό Επίπεδο, το *Σατς Καντ*. Σ᾽ αυτό το στάδιο γινόμαστε ένα με το Θεό. Βιώνουμε τη γοητεία της πνευματικής Αγάπης, αφού πλέον είμαστε ένα με την Πηγή της Ίδιας της Αγάπης.

Πώς αναπτύσσεται η Πνευματική Αγάπη

Το μονοπάτι της επιστροφής στο Θεό είναι ένα ταξίδι Αγάπης. Μολονότι υπάρχει μια συγκεκριμένη τεχνική στο διαλογισμό, η επιτυχία του καθενός εξαρτάται από το μέγεθος της Αγάπης του. Διαλογιζόμαστε έχοντας μια βαθιά αίσθηση Αγάπης για το Θεό και μια λαχτάρα να Τον γνωρίσουμε. Όταν λάβουμε μύηση από το Διδάσκαλό μας και μας δώσει την πρώτη εμπειρία του Εσωτερικού Φωτός και Ήχου, αρχίζουμε να αναπτύσσουμε Αγάπη γι' Αυτόν. Όσο διαλογιζόμαστε, όλο και πιο πολύ ερχόμαστε σε επαφή με το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο και όλο και πιο πολύ βιώνουμε ανείπωτη Αγάπη και μακαριότητα. Το θείο ρεύμα του Φωτός και του Ήχου έχει τη δύναμη να εξαγνίζει την ψυχή μας. Όσο περισσότερο απορροφιόμαστε σ' αυτό, τόσο περισσότερο η καρδιά μας πλημμυρίζει από την Αγάπη και σταδιακά οι ακαθαρσίες του νου, της ύλης και του κόσμου καθαρίζονται. Αναπτύσσουμε τότε ολοένα και περισσότερη Αγάπη για το Θεό, το Διδάσκαλο και το Νάαμ ή Λόγο μέσα μας. Αυτή η Αγάπη μάς δίνει τη δυνατότητα να εστιάζουμε την προσοχή μας "σταθερά" και "ολοκληρωτικά" στο Εσωτερικό Φως, με αποτέλεσμα, όσο περισσότερο αυτοσυγκεντρωνόμαστε, τόσο ο διαλογισμός μας να στέφεται με μεγαλύτερη επιτυχία. Ο επόμενος βοηθητικός παράγοντας στην ανάπτυξη της Αγάπης είναι η παρακολούθηση των Σάτσανγκ του ζωντανού Διδασκάλου. Σάτσανγκ είναι "η σύνδεσή μας με την Αλήθεια". Σάτσανγκ επίσης ονομάζουμε το χώρο που δίνει ομιλίες ο Διδάσκαλος ή πνευματικός μας καθοδηγητής. Όλα τα Σάτσανγκ κατά βάση είναι τα ίδια, γιατί υπάρχει μία και μόνον αλήθεια κι αυτή είναι ότι όλοι είμαστε ψυχές και χρειάζεται να επιστρέψουμε στον πνευματικό μας Πατέρα, χρειάζεται να επιστρέψουμε στον Κύριο, χρειάζεται να επιστρέψουμε στο Αληθινό μας Σπίτι. Εντούτοις, καθώς οι καιροί αλλάζουν, τα διδάγματα παρουσιάζονται με τέτοιον τρόπο, ώστε οι άνθρωποι μιας συγκεκριμένης εποχής, περιοχής, κουλτούρας και

ηλικίας να είναι σε θέση να τα καταλάβουν καλύτερα. Είναι πολύ σημαντικό να πηγαίνουμε στα Σάτσανγκ, να έχουμε καλή διάθεση και να είμαστε δεκτικοί. Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ έλεγε συχνά ότι η Πνευματικότητα δε διδάσκεται, αλλά κολλάει όπως η γρίπη. Κανείς δεν μπορεί να μάθει την Πνευματικότητα, μπορεί μόνο να την κολλήσει. Πρέπει λοιπόν να βιώσουμε αυτή την ακτινοβολία. Η ακτινοβολία που έρχεται από τα μάτια έχει πολύ μεγαλύτερη επίδραση από αυτή που μπορεί να προκληθεί από οτιδήποτε μπορεί να λεχθεί. Ο Διδάσκαλος έχει γίνει ένα με το Θεό και η Αγάπη του Θεού ακτινοβολεί μέσα από τα μάτια του. Βλέπουμε λοιπόν ότι, από τον καιρό των μεγάλων Διδασκάλων Μπάμπα Σαουάν, Κιρπάλ Σινγκ και Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, εκατοντάδες χιλιάδες άνθρωποι μπήκαν στο ποίμνιό τους. Όπου κι αν πήγαν αυτοί οι Διδάσκαλοι, χιλιάδες άνθρωποι προσπαθούσαν να πάρουν ένα τους βλέμμα, ενώ πολλοί ήταν ικανοποιημένοι απλώς και μόνο να τους βλέπουν από μακριά και να δέχονται τη θεία Αγάπη που ξεχυνόταν από μέσα τους. Αυτές οι μεθυστικές ματιές ενέπνευσαν τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, να γράψει σε ένα ποίημά του τον πιο κάτω στίχο:

«Όταν η φλόγα του πυρσού ανάψει στο σκοτάδι,
μια λάμψη από φως απλώνεται.
Μα σαν τα μάτια μου συναντούν τα μάτια του Οινοχόου,
η μέρα ανατέλλει.»

Όταν καθόμασταν κοντά σε έναν από αυτούς τους μεγάλους αγίους ήταν σαν να βρισκόμασταν μπροστά στην προσωποποίηση της Αγάπης. Βιώναμε τόση γαλήνη, μακαριότητα, χαρά και μέθη, που δεν μπορούσε να μας τη δώσει τίποτα άλλο σε αυτό τον κόσμο. Οι άνθρωποι κάθονταν μαζί τους ώρες ολόκληρες, αλλά δεν τους χόρταιναν και δεν ήθελαν να φύγουν από κοντά τους. Ίσως να αναρωτιέστε, πώς ένας και μόνον άνθρωπος μπορεί να ασκεί τόσο μεγάλη επίδραση σ᾽ εκατοντάδες χιλιάδες ανθρώπους. Οι άνθρωποι όμως δε γοη-

τεύονται από την προσωπικότητα των Διδασκάλων. Έλκονται από την Αγάπη του Θεού που εκπέμπεται μέσα από αυτούς.

Η ψυχή μέσα μας είναι μια σταγόνα της ίδιας της Αγάπης του Θεού. Όταν έρχεται λοιπόν σε επαφή με την Πηγή αυτής της Αγάπης, έλκεται προς αυτήν και προσπαθεί να συγχωνευτεί μαζί της. Ο Διδάσκαλος, που είναι φορέας αυτής της "Δύναμης της Αγάπης" μαγνητίζει εκείνες τις ψυχές που είναι δεκτικές και λαχταρούν να γνωρίσουν το Θεό. Όταν καθόμαστε στο Σάτσανγκ ενός αγίου που έφτασε στη Θέωση, η Αγάπη ρέει από τα μάτια του στα μάτια μας, από την καρδιά του στην καρδιά μας κι από την ψυχή του στην ψυχή μας. Όση ώρα παρακολουθούμε το Σάτσανγκ, η καρδιά μας πλημμυρίζει από πνευματική αγάπη, εξαγνίζεται από γήινες σκέψεις και επιθυμίες και ολόκληρη η προσοχή μας συγκεντρώνεται στο Θεό. Κάθε φορά που καθόμαστε στο Σάτσανγκ ενός Διδασκάλου γινόμαστε όλο και πιο αγνοί. Αυτή η Πνευματική ώθηση μάς βοηθάει στο διαλογισμό μας και αυξάνει την ταχύτητα της προόδου μας στο πνευματικό μας ταξίδι.

Στη διάρκεια του Σάτσανγκ, ο Διδάσκαλος μάς δίνει επιπλέον καθοδηγήσεις για το πώς να αναπτύξουμε τις ηθικές αρετές που είναι απαραίτητες για να επιστρέψουμε στον Κύριό μας. Πρέπει να ξεπεράσουμε το θυμό, τη λαγνεία, την απληστία, την προσκόλληση και τον εγωισμό. Όλες αυτές οι ιδιότητες είναι αντίθετες προς την Αγάπη. Πρέπει να αναπτύξουμε τη μη βία, τη φιλαλήθεια, την αγνότητα, την ταπεινότητα και την ανιδιοτελή προσφορά. Αυτές οι ιδιότητες είναι διαφορετικές όψεις τής πνευματικής Αγάπης. Όπου υπάρχει Αγάπη δεν υπάρχει ίχνος θυμού. Όπου υπάρχει Αγάπη δεν υπάρχει ίχνος λαγνείας. Όπου υπάρχει Αγάπη δεν υπάρχει ίχνος απληστίας. Όπου υπάρχει Αγάπη δεν υπάρχει ίχνος προσκόλλησης κι όπου υπάρχει Αγάπη δεν υπάρχει ίχνος εγωισμού.

Αν πάρουμε ένα παράδειγμα μέσα από τη ζωή, βλέπουμε ότι η ανώτερη μορφή γήινης αγάπης είναι αυτή ανάμεσα στη μητέρα και στο παιδί. Βλέπουμε πως, ενώ το μωρό μπορεί να τραβάει συνέχεια τα μαλλιά τής μητέρας του ή να την χτυπάει

στο πρόσωπο, ο θυμός δεν αγγίζει την καρδιά της. Ακόμα όταν το παιδί πέφτει στην αγκαλιά της βουτηγμένο μέσα στη βρομιά και τη μουτζούρα, εκείνη το σφίγγει στην αγκαλιά της, χωρίς να ενοχληθεί που τη λέρωσε Η μητρική αγάπη είναι αγνή και πηγαίνει από την καρδιά της, στην καρδιά του. Ο εγωισμός και η απληστία δεν παρεμβάλλονται ποτέ στη σχέση μητέρας και παιδιού. Η μητέρα θυσιάζει τα πάντα για το παιδί της. Θα πάρει το φαΐ από το δικό της το πιάτο και θα το προσφέρει στο παιδί ή θα βγάλει το δικό της παλτό για να το διατηρήσει ζεστό. Δεν υπάρχει τέλος στις θυσίες που μπορεί να κάνει μια μάνα για το παιδί της. Σ᾽ αυτήν την αγνή σχέση, η μητέρα συνήθως χάνει κάθε άλλη προσκόλληση στη ζωή, εκτός από το παιδί της. Στη σχέση αυτή η μητέρα χάνει ακόμη και το εγώ της. Ταπεινώνει τον εαυτό της μπροστά στις επιθυμίες και τις ιδιοτροπίες του παιδιού και το υπηρετεί με ανιδιοτέλεια.

Το μεγαλείο της Αγάπης του Διδασκάλου

Όλοι ξέρουμε πόσο ζεστή και τρυφερή είναι η αγάπη της μητέρας. Λέγεται όμως, ότι η Αγάπη του Διδασκάλου για τους μαθητές του είναι μεγαλύτερη από την αγάπη εκατοντάδων χιλιάδων γονιών για τα παιδιά τους. Ένας Διδάσκαλος είναι όλο Αγάπη. Θυσιάζει ακόμα και τη ζωή του, προκειμένου να δει τους μαθητές του να προοδεύουν Πνευματικά. Για όλη την Αγάπη που προσφέρει, δεν επιθυμεί τίποτα σαν αντάλλαγμα από τους μαθητές του, εκτός από το να συνενωθούν και πάλι με το Θεό.

Ο Διδάσκαλος είναι η προσωποποίηση της ταπεινότητας. Έρχεται κάτω στο ανθρώπινο επίπεδο, μιλάει μαζί μας, τρώει μαζί μας, γελάει μαζί μας και κλαίει μαζί μας. Αν και έχει πετύχει την ανώτερη συνειδητότητα, συμπεριφέρεται σα να είναι ένας από εμάς, ώστε να μπορέσουμε να αναπτύξουμε μια στενή σχέση μαζί του. Αν σκεφτόμαστε ότι ο Διδάσκαλος κάθεται

σ᾿ ένα ψηλό βάθρο, θα αισθανόμαστε ότι βρίσκεται πολύ ψηλά για να τον φτάσουμε. Αν όμως ζει σαν εμάς, τότε θα πούμε ότι, εφόσον αυτός έχει επιτύχει τη Θέωση, κι εμείς μπορούμε να τα καταφέρουμε. Έρχεται κοντά μας λοιπόν σαν φίλος, σαν αδελφός, σαν πατέρας, σαν δάσκαλος. Στην αρχή μπορεί να τον δεχτούμε σαν να βρίσκεται στο ίδιο επίπεδο με μας. Μόλις όμως αρχίσουμε στο διαλογισμό μας να υψωνόμαστε πάνω από το φυσική συνειδητότητα, συνειδητοποιούμε ότι είναι ο Εσωτερικός Πνευματικός Οδηγός μας κι όταν τελικά φτάσουμε στην Κατοικία τού Θεού, τότε θα δούμε το αληθινό Πνευματικό μεγαλείο του Διδασκάλου.

Η υιοθέτηση του μηνύματος της Αγάπης

Ο Διδάσκαλος μάς λέει, ότι για να πετύχουμε το σκοπό της ανθρώπινής μας ύπαρξης, πρέπει να αναπτύξουμε τις ηθικές αρετές, που σε τελική ανάλυση η καθεμιά τους βασίζεται στην Αγάπη. Όταν αναπτύξουμε Αγάπη για τους άλλους, θα τους μεταχειριζόμαστε με Αγάπη και καλοσύνη. Θα είμαστε σε θέση να εξαλείψουμε το θυμό και να τον αντικαταστήσουμε με τη φιλευσπλαχνία, την κατανόηση και την ανεκτικότητα. Όταν αναπτύξουμε Αγάπη, θα ξεπεράσουμε τη λαγνεία. Η Αγάπη μάς οδηγεί στις θείες Περιοχές, ενώ η λαγνεία μάς κρατάει εγκλωβισμένους στο φυσικό μας σώμα και τον κόσμο. Όταν αναπτύξουμε Αγάπη, ξεπερνάμε την απληστία και τον εγωισμό. Όταν αγαπάμε, το μόνο που μας ενδιαφέρει είναι να βοηθάμε και να εξυπηρετούμε τους άλλους χωρίς καμία σκέψη για τον εαυτό μας. Δεν υπάρχει τέλος στην προσφορά που θέλουμε να κάνουμε γι᾿ αυτούς που αγαπάμε. Αγάπη επίσης σημαίνει έλλειψη εγωισμού και γι᾿ αυτό όταν αγαπάμε κάποιον, λαμβάνουμε υπόψη μόνο τις επιθυμίες και τις ανάγκες του και είμαστε γεμάτοι ταπεινότητα και γλυκύτητα απέναντί του. Τρέφουμε μεγαλύτερη εκτίμηση γι᾿ αυτούς που αγαπάμε,

παρά για τον ίδιο τον εαυτό μας και ως συμπέρασμα μπορούμε να πούμε ότι Αγάπη, σημαίνει ανιδιοτελής προσφορά και καμία θυσία δεν είναι αρκετή, προκειμένου να βοηθήσουμε τους άλλους.

Για να μπορέσουμε να εισέλθουμε στην κατοικία του Θεού, χρειάζεται να αναπτύξουμε μια καρδιά γεμάτη Αγάπη για όλη τη Δημιουργία. Οι περισσότεροι από μας αναπτύσσουν αυτό το είδος Αγάπης για τα πιο στενά μέλη της οικογένειάς τους αλλά χρειάζεται να νιώθουμε στον ίδιο βαθμό Αγάπη και για όλη την ανθρωπότητα. Όταν αναπτύξουμε αυτή την Αγάπη, ο ίδιος ο Θεός θα γοητευτεί από μας. Θα μας προσφέρει τη Χάρη και την Αγάπη Του, γιατί θα έχουμε γίνει εραστές τής Δημιουργίας Του, καθώς όταν αγαπάμε κάποιον, αγαπάμε και τα παιδιά Του. Παρόμοια, αν αγαπάμε αληθινά το Θεό, αγαπάμε όλη την ανθρωπότητα και όλα τα είδη ζωής, από τα θηλαστικά μέχρι τα έντομα και τα φυτά. Τους βλέπουμε όλους ως αδέρφια μας κάτω από την πατρότητα του Θεού.

Υπάρχει μια υπέροχη ιστορία που ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έλεγε συχνά. Ένα βράδυ, κάποιος άγγελος εμφανίστηκε σ᾽ έναν άγιο άνθρωπο που λεγόταν Αμπού Μπεν Άντεμ. Ο άγγελος έγραφε κάτι σ᾽ ένα τεράστιο βιβλίο. Όταν ο Αμπού Μπεν Αντέμ τον ρώτησε τι έγραφε, ο άγγελος τού εξήγησε ότι συμπλήρωνε μια λίστα με αυτούς που "αγαπούσαν το Θεό". Ο Αμπού Μπεν Αντέμ είπε τότε στον άγγελο ότι επιθυμούσε να μπει σε μια λίστα αυτών που "αγαπούσαν τους συνανθρώπους τους". Ο άγγελος έφυγε και το επόμενο βράδυ που επέστρεψε του είπε ότι είχε συναντηθεί με το Θεό και ότι Του είχε μεταφέρει το αίτημά του. Όταν ο Θεός το άκουσε, είπε στον άγγελο ότι ο Αμπού Μπεν Αντέμ άξιζε να είναι στην "κορυφή της λίστας" αυτών που αγαπούν τον Κύριο. Με το να αγαπά τους συνανθρώπους, είχε κερδίσει την ανώτερη Αγάπη του Θεού, καθώς ήταν ο μεγαλύτερος λάτρης του Θεού.

Αναπτύσσοντας Αγάπη σ᾽ αυτό το βαθμό, θα αποκτήσουμε την απαιτούμενη αγνότητα να επιστρέψουμε στο Θεό και

Αυτός θα στέλνει τη Χάρη Του πάνω μας και θα μας τραβάει ολοένα και πιο κοντά Του. Η Πνευματική μας πρόοδος θα επιταχυνθεί και θα φτάσουμε στο στόχο μας πολύ πιο γρήγορα.

Καθώς αναπτύσσεται η Αγάπη μας για το Θεό και η καρδιά μας πλημμυρίζει από αυτή την Αγάπη, αρχίζουμε να ακτινοβολούμε Αγάπη σε όλους εκείνους που συναντάμε. Γινόμαστε η κατοικία της ειρήνης και της χαράς. Αν κάθε άτομο είχε αναπτυχθεί σ᾽ αυτό το βαθμό, φανταστείτε πόσο όμορφος και ειρηνικός θα ήταν αυτός ο κόσμος. Θα αγαπούσαμε τον καθένα, ανεξάρτητα από τις εξωτερικές μας διαφορές και θα δημιουργούσαμε έναν παράδεισο πάνω στη γη. Αυτό προσπαθούν να μας διδάξουν όλοι οι άγιοι κι αυτές είναι οι αρετές που θα πρέπει να αποτυπώσουμε στη ζωή μας.

Ο λόγος για τον οποίο έχουν δημιουργηθεί οι τόποι λατρείας είναι για να διαδώσουν στην ανθρωπότητα αυτά τα ανώτερα ιδεώδη. Αντί να διδάσκουν την αντίθεση και την προκατάληψη για τους πιστούς των άλλων θρησκειών και αντί να ωθούν τον κόσμο στην αντιπαράθεση και τη μισαλλοδοξία, πρέπει να σπέρνουν τους σπόρους της Αγάπης.

Θα πρέπει να ζούμε σύμφωνα με τις ανώτερες αξίες που δόθηκαν από τους ιδρυτές όλων των θρησκειών και να επιδιώκουμε τον πραγματικό σκοπό της ανθρώπινης ύπαρξης, που είναι το να αναπτύξουμε Αγάπη για όλη τη Δημιουργία, να γνωρίσουμε τον εαυτό μας να γνωρίσουμε το Θεό και να ξαναενώσουμε την ψυχή μας μ᾽ Αυτόν.

Οι άγιοι είναι η ενσάρκωση της Αγάπης και λειτουργούν ως παραδείγματα για το πώς θα πρέπει να ζούμε. Μας δείχνουν το δρόμο της Πνευματικής Αγάπης και ακτινοβολούν την Αγάπη τους σε όλους μας. Μας δίνουν μια πρόγευση της θείας Αγάπης και μας ενσταλάζουν την επιθυμία να μπούμε μέσα μας και να γευτούμε περισσότερο απ᾽ αυτό το γλυκό νέκταρ. Όσο πιο ψηλά πετάξουμε "μέσα μας", τόσο περισσότερη θεία Αγάπη θα βιώνουμε. Τελικά, θα συγχωνευτούμε με το Θεό και θα γίνουμε εμείς οι ίδιοι η προσωποποίηση της αγάπης.

Κάθε μέρα μπορούμε να υπολογίζουμε την πνευματική

πρόοδο που έχουμε κάνει, με γνώμονα την κατάσταση της καρδιάς μας. Μπορούμε να λογαριάσουμε αν πράγματι οδεύουμε πιο κοντά στο Θεό, από το χρόνο που αφιερώνουμε στη γλυκιά Του ενθύμηση. Ο διαλογισμός δεν είναι μια μηχανική διαδικασία. Είναι χρόνος αφιερωμένος στην Αγάπη του Θεού. Μπορούμε επομένως να μετράμε την πρόοδό μας με βάση το μέγεθος της Αγάπης που αναπτύσσουμε για το Θεό αλλά και για τους άλλους, στην καθημερινή μας ζωή. Το ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης, που μας έδωσε ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ, μας παρέχει μια μέθοδο καταγραφής των σφαλμάτων μας στις ηθικές αρετές, έτσι ώστε να βελτιωνόμαστε κάθε μέρα που έρχεται. Όσο τα σφάλματά μας λιγοστεύουν, μπορούμε να είμαστε σίγουροι ότι η Αγάπη μας για τους άλλους αυξάνεται. Μπορούμε επίσης να μετράμε την πρόοδό μας με βάση το χρόνο που αφιερώνουμε στην υπηρεσία των αγαπημένων μας αδελφών και την προσφορά μας σε όλη τη Δημιουργία.

Αν κάθε μέρα προχωράμε προς το στόχο μας, τότε εμείς οι ίδιοι θα προκαλέσουμε τον ερχομό της ευτυχίας και της μακαριότητας στη ζωή μας, ενώ ταυτόχρονα θα συνεισφέρουμε στην ειρήνη και στην Αγάπη αυτού του κόσμου. Αν εμείς οι ίδιοι συγχωνευτούμε με το Θεό, θα πετύχουμε τη συνένωσή και των άλλων με την Πηγή όλης της Αγάπης. Δε χρειάζεται να κρατήσουμε αυτή τη μακαριότητα μόνο για τον εαυτό μας. Ο μυστικισμός και το Πνευματικό Μονοπάτι, έχουν θετικό προσανατολισμό, γι' αυτό ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ το αποκαλούσε «Μονοπάτι Θετικού Μυστικισμού». Θα πρέπει μας έλεγε να μοιραζόμαστε αυτήν την Αγάπη με όλη τη Δημιουργία και συγχρόνως να συνεχίσουμε να εκπληρώνουμε τις υποχρεώσεις μας στην οικογένειά, στην κοινωνία, στο έθνος μας και τον κόσμο, ακτινοβολώντας ταυτόχρονα Αγάπη σε όλους όσους είναι γύρω μας. Οι άλλοι άνθρωποι θα βρίσκουν παρηγοριά στη συντροφιά μας και θα επιθυμούν να αποκτήσουν την ίδια γαλήνη και την Αγάπη που έχουμε αποκτήσει εμείς οι ίδιοι και ολοένα και περισσότεροι άνθρωποι θα θέλουν να ακολουθήσουν το δρόμο της Πνευματικής Αγάπης. Όταν κάθε

άτομο έρθει σε επαφή με την Πηγή όλης της Αγάπης, αυτός ο κόσμος θα μετατραπεί σε παράδεισο. Αυτός είναι εξάλλου και ο λόγος της έλευσης όλων των αγίων και των μυστών στον κόσμο και αυτός είναι και ο βασικός σκοπός όλων των θρησκειών. Όπως έγραψε και ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ σε κάποιους στίχους του:

«Σαν σμίξουν όλα τα λουλούδια, της εκκλησιάς,
του ναού και του τζαμιού,
Η άνοιξη θα ανατείλει στον κήπο Σου, ω Κύριε!



20. Η αναγκαιότητα του Ζωντανού Διδασκάλου

Όλοι όσοι ζούμε σ' αυτόν τον κόσμο αφήσαμε το πραγματικό μας σπίτι αμέτρητα χρόνια πριν. Φύγαμε μακριά από το Θεό και μπήκαμε στον "Κύκλο των Γεννήσεων και των Θανάτων", των 8,4 εκατομμυρίων ειδών ζωής. Σήμερα όμως θα πρέπει να νιώθουμε πολύ τυχεροί, αφού έχουμε γεννηθεί στην ανθρώπινη μορφή, γιατί μόνο μέσα σ' αυτήν μπορούμε να αποκτήσουμε Αυτογνωσία και να επιστρέψουμε στο Θεό.

Η Αποστολή των Πνευματικών Διδασκάλων

Εδώ και αμέτρητα χρόνια, ο Θεός στέλνει συνεχώς ευγενικές ψυχές Του, που τις αποκαλούμε αγίους, ενορατικούς, Πνευματικούς δασκάλους και προφήτες, προκειμένου να έρθουν και να μας βοηθήσουν να επιστρέψουμε κοντά Του. Μολονότι ο Θεός είναι η Υπέρτατη Δύναμη που διαπερνά ολόκληρο το σύμπαν και τη Δημιουργία, εντούτοις είναι αόρατος από τα φυσικά μας μάτια. Υπάρχουν όμως δυο τρόποι με τους οποίους ο Θεός μάς βοηθάει να καταλάβουμε ποιοι πραγματικά είμαστε, ποιος είναι ο σκοπός της ζωής μας, ποιος είναι ο ρόλος του Θεού στο σύμπαν και τι ακριβώς είναι η ζωή. Ο ένας τρόπος είναι να μας ανεβάσει στο επίπεδο Του. Δυστυχώς όμως, βρισκόμαστε πολύ μακριά Του, εδώ κάτω στο Φυσικό επίπεδο. Ο άλλος τρόπος είναι να στείλει κάποιον με ανθρώπινη μορφή που να μοιάζει μ' εμάς, να συμπεριφέρεται ακριβώς όπως εμείς, να ζει μαζί μας, να τρώει, να πίνει, να γελάει ακόμα και να κλαίει μαζί μας, αλλά που να μπορεί να οδηγήσει την ψυχή μας πίσω στο Θεό. Αυτές οι φωτισμένες ψυχές, τις οποίες στέλνει ο ίδιος ο Θεός, ζούσαν ειρηνικά και γαλήνια στα φωτεινά λιβάδια του Κυρίου, στην Αιώνια Κατοικία τους, όταν ο Ύψιστος τους ανέθεσε μια Αποστολή και τους έστειλε πίσω στον κόσμο, για να βοηθήσουν τις χωρισμένες από το Θεό ψυ-

χές να βρουν το δρόμο της επιστροφής κοντά Του. Οι άγιοι έρχονται για να βοηθήσουν τις ψυχές που έχουν ξεχάσει την προέλευσή τους και έχουν χαθεί μέσα στον κόσμο, σκεπασμένες με τόσα πολλά καλύμματα, που δεν μπορεί πια να λάμπει το Φως τους. Αυτοί οι Άγιοι ή οι Διδάσκαλοι μάς βοηθούν να συνειδητοποιήσουμε ότι δεν είμαστε το σώμα, αλλά ότι είμαστε ψυχές. Μόλις το συνειδητοποιήσουμε, αρχίζουμε να φλεγόμαστε από επιθυμία να επιστρέψουμε στην Υπερψυχή, να επιστρέψουμε στο Θεό που μας δημιούργησε.

Με δεδομένο ότι μπορούμε να μάθουμε και να διδαχθούμε μόνον από κάποιον που έχουμε τη δυνατότητα να τον δούμε και να τον ακούσουμε με τα υλικά αισθητήριά μας όργανα, από κάποιον για τον οποίο τρέφουμε απέραντο σεβασμό και τον θεωρούμε ειδικό στον τομέα στον οποίο επιθυμούμε να αποκτήσουμε γνώσεις, ο Θεός μας στέλνει αυτές τις φωτισμένες ψυχές, να μας προσφέρουν την Πνευματικότητα. Ο Θεός, από την αρχή της Δημιουργίας, πάντοτε έστελνε τέτοιες ψυχές πάνω στη γη και θα συνεχίσει να τις στέλνει. Επιλέγει έναν ανθρώπινο πόλο που να έχει υπερβεί το Φυσικό, το Αστρικό και το Αιτιατό επίπεδο, να έχει εισέλθει στα ανώτερα βασίλεια Εσωτερικά και να έχει συγχωνευθεί με το Θεό. Αυτοί οι Τέλειοι Διδάσκαλοι, οι αρμόδιοι Οδηγοί, με την υποστήριξη και τις οδηγίες των δικών τους Διδασκάλων, είναι ικανοί να μας εκπαιδεύσουν έτσι ώστε η ψυχή μας να υπερβαίνει τη σωματική μας συνειδητότητα, να εισέρχεται στα Εσωτερικά Βασίλεια και τελικά να συγχωνευθεί με τον Κύριο. Μία ψυχή μπορεί να φθάσει κοντά στο Θεό, που είναι η Πηγή όλου του Φωτός, της χαράς, της γαλήνης και της ηρεμίας, πιο γρήγορα από το ανοιγόκλειμα των ματιών μας. Οι Διδάσκαλοι είναι τόσο απορροφημένοι στο Θεό, είναι τόσο βυθισμένοι στο Θεό, ώστε μπορούν να ταξιδέψουν μέχρι τα ανώτατα Πνευματικά πεδία και να επιστρέψουν με Θεϊκή ταχύτητα (*Godspeed*), όπως συνήθιζε να το λέει ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Αυτοί οι Διδάσκαλοι έχουν νικήσει το θάνατο και μπορούν να μας διδάξουν τη διαδικασία του «θανάτου εν ζωή», ενώ εμείς θα εξακολουθούμε

να ζούμε μέσα σ᾽ αυτό το υλικό μας σώμα, κοντά στην οικογένειά μας και τις καθημερινές μας υποχρεώσεις.

Όλοι ξέρουμε πως, όταν θέλουμε να σπουδάσουμε κάτι σ᾽ αυτόν τον κόσμο, πηγαίνουμε σε κάποιο δάσκαλο που γνωρίζει σε βάθος το αντικείμενο της διδασκαλίας του. Όταν είμαστε μικροί, πηγαίνουμε στο νηπιαγωγείο. Καθώς μεγαλώνουμε, πηγαίνουμε στο δημοτικό, στο γυμνάσιο, στο λύκειο και μετά στο Πανεπιστήμιο. Αν επιθυμούμε να μάθουμε φυσική ή χημεία απευθυνόμαστε σ᾽ ένα δάσκαλο ή έναν καθηγητή, ανάλογα αν βρισκόμαστε στο σχολείο ή το Πανεπιστήμιο και ανάλογα με το επίπεδο γνώσης στο οποίο επιθυμούμε να φτάσουμε. Ο δάσκαλος μάς εξηγεί τη θεωρία τού αντικειμένου και όπου έχουμε κάποια δυσκολία, τον συμβουλευόμαστε για να λύσουμε τις απορίες μας. Κάθεται κοντά μας και αφιερώνει μέρος του χρόνου του για να σιγουρευτεί ότι έχουμε ξεκαθαρίσει τα ουσιώδη σημεία της διδασκαλίας του. Αν τα βασικά σημεία είναι ξεκάθαρα, τότε πάνω σε αυτά μπορούμε να οικοδομήσουμε ολόκληρη τη γνώση μας. Θα έχουμε χτίσει πάνω σε ισχυρά θεμέλια. Ακόμα και πέρα από τη θεωρία, ο δάσκαλος μάς δείχνει με διάφορα πειράματα, πώς μπορούμε να αποδείξουμε την ορθότητα της θεωρίας, ώστε να έχουμε πλήρη γνώση του αντικειμένου.

Πόσο σημαντικό είναι να βρούμε έναν αρμόδιο Διδάσκαλο

Το αντικείμενο της Πνευματικότητας δεν είναι πολύπλοκο, εφόσον το διδαχθούμε από ένα αρμόδιο δάσκαλο. Ακριβώς όπως η φυσική και η χημεία μπορεί να γίνει πολύπλοκη, αν ο δάσκαλος δε γνωρίζει καλά το αντικείμενό του και δεν μπορεί να μας διδάξει κατάλληλα, έτσι και με την Πνευματικότητα, που είναι μια πανάρχαια επιστήμη, αν συναντήσουμε ένα δάσκαλο που δεν είναι καλά καταρτισμένος στο αντικείμενο, το καθετί θα μας φαίνεται δύσκολο και δυσνόητο. Χρειάζεται

λοιπόν να πάμε σε κάποιον που να γνωρίζει άριστα το αντικείμενό του, να έχει κάνει ο ίδιος τα αναγκαία πειράματα και να είναι εξοικειωμένος με τους δρόμους του Υπερπέραν, έτσι ώστε να είναι σε θέση να μας μάθει πώς να αποφύγουμε όλες τις παγίδες που βρίσκονται κατά μήκος της διαδρομής, στο Πνευματικό μας ταξίδι. Ακριβώς όπως στον εξωτερικό κόσμο πρέπει να κινούμαστε με μεγάλη προσοχή μέσα από μία περιοχή όπου υπάρχουν νάρκες κι άλλοι κίνδυνοι, έτσι και στο Εσωτερικό διάστημα ο νους έχει τοποθετήσει «νάρκες» τις οποίες πολύ εύκολα μπορούμε να πατήσουμε. Ο Εσωτερικός κόσμος είναι γεμάτος με εμπόδια και παγίδες, στις οποίες μπορούμε να πέσουμε πολύ εύκολα και αν δεν έχουμε την κατάλληλη καθοδήγηση, δε θα μπορέσουμε να προχωρήσουμε Εσωτερικά σε μεγάλο ύψος. Το πόσο μακριά μπορεί να μας πάει ένας δάσκαλος εξαρτάται από το πόσο μακριά έχει πάει ο ίδιος. Είναι λοιπόν πολύ σημαντικό να πάμε στα πόδια ενός Τέλειου Διδασκάλου, που να έχει ο ίδιος ολοκληρώσει την πορεία προς την αληθινή μας Πατρίδα, να γνωρίζει το δρόμο πίσω στο Θεό και να έχει συγχωνευθεί ο ίδιος με το Θεό, έτσι ώστε να μπορεί να μας καθοδηγήσει να αποφύγουμε κάθε παγίδα και να μπορέσει η ψυχή μας να επιστρέψει και να συγχωνευθεί ξανά με τον Κύριο.

Ακριβώς όπως μπορούμε να κάνουμε κάποια από τα πειράματα μας στη φυσική ή στη χημεία στο ανάλογο εργαστήριο, αντίστοιχα, το φυσικό μας σώμα είναι το εργαστήριο που μας έχει εφοδιάσει ο Θεός ώστε μέσα σε αυτό να κάνουμε τα πειράματα της επιστήμης της Πνευματικότητας. Ένας Τέλειος Διδάσκαλος μάς μαθαίνει πώς να πειραματιστούμε μέσα στο σώμα μας. Μας συνδέει με το Εσωτερικό Φως και τον Ήχο, ώστε να μπορούμε να προχωρήσουμε Εσωτερικά, να πειραματιστούμε μόνοι μας και να παρακολουθούμε την πρόοδό μας. Ο ίδιος έχει πραγματοποιήσει το Θεό και μπορεί να μας εξηγήσει όχι μόνο τη θεωρία, αλλά να μας δώσει και πρακτική καθοδήγηση για την κατάκτηση της Αυτογνωσίας και της Θέωσης, ώστε να μπούμε στο Μονοπάτι της επιστροφής στο Θεό.

Αν σταθούμε αρκετά τυχεροί και φτάσουμε στα πόδια ενός τέτοιου αρμόδιου Διδασκάλου, θα διαπιστώσουμε ότι δεν επιθυμεί να μας συνδέσει με την ανθρώπινή του φύση, αλλά πάντα με τη Διδάσκαλο Δύναμη μέσα του. Ποτέ δε θα πει ότι κάνει κάτι για μας. Πάντοτε αποδίδει όλον τον έπαινο στους καθοδηγητές του, στους Διδασκάλους του.

Μπορούμε να δώσουμε σε μια φωτισμένη ψυχή οποιοδήποτε όνομα θέλουμε. Μπορούμε να την ονομάσουμε Διδάσκαλο, Μάστερ, Γκουρού, Μεσσία, Μουρσίντ, Οδηγό ή απλώς μεγαλύτερο αδελφό μας, ή ό,τι άλλο μάς κάνει να νιώθουμε άνετα. Αυτές οι ψυχές δεν κάθονται πάνω σε κάποιο βάθρο, αντίθετα προσπαθούν να είναι στο ίδιο επίπεδο με μας. Όλοι προσπαθούν να μιλήσουν με τον καθένα μας στη δικιά μας γλώσσα, στο δικό μας επίπεδο κατανόησης, έτσι ώστε να καταλάβουμε εύκολα το Μονοπάτι της Πνευματικότητας. Μόλις το καταλάβουμε, η επιθυμία μας να επιστρέψουμε στο Θεό γίνεται τόσο έντονη και η λαχτάρα μας αυξάνει τόσο πολύ, που αρχίζουμε να αφιερώνουμε περισσότερο χρόνο προς αυτή την κατεύθυνση.

Φανταστείτε τι θα είχε συμβεί αν είχαμε ζήσει την εποχή που έζησε ο Αϊνστάιν και θέλαμε να γίνουμε επιστήμονες και να μάθουμε καλύτερα τη Θεωρία της Σχετικότητας. Αν ζούσαμε εκείνον τον καιρό, νομίζω ότι θα προσπαθούσαμε να μάθουμε αυτή τη θεωρία από τον ίδιο τον Αϊνστάιν, γιατί αυτός ήταν ο πρώτος που την ανακοίνωσε, έκανε πειράματα και γνώριζε την ουσία αυτής της θεωρίας. Δεδομένου όμως ότι ζούμε σε μία άλλη εποχή και ο Αϊνστάιν δεν είναι πια μαζί μας, αν θέλουμε να διδαχτούμε τη Θεωρία της Σχετικότητας, θα πρέπει να πάμε σε έναν καθηγητή που έχει αφιερώσει τον απαιτούμενο χρόνο και έχει μάθει τη θεωρία όλα αυτά τα χρόνια. Η θεωρία του Αϊνστάιν πέρασε σε κάποιον άλλον, που την έμαθε όταν ο Αϊνστάιν ζούσε κι αυτός με τη σειρά του πρέπει να την έχει περάσει σε κάποιον άλλο. Θα προσπαθήσουμε να ανακαλύψουμε ποιος έχει τις περισσότερες γνώσεις σε αυτό τον τομέα και είναι διατεθειμένος να τις μεταδώσει. Θα ψά-

ξουμε για κάποιον που όχι μόνο γνωρίζει τη θεωρία της σχετικότητας, όπως την δίδαξε ο Αϊνστάιν, αλλά που είναι πλήρως ενημερωμένος και για όλες τις νέες προόδους που έχουν γίνει από τότε που πέθανε ο Αϊνστάιν. Γνωρίζουμε ότι η επιστήμη διαρκώς εξελίσσεται και συνεχώς συλλέγονται νέες πληροφορίες. Η επιθυμία μας λοιπόν είναι να πάμε σε κάποιον που όχι μόνο είναι γνώστης των παλιών πληροφοριών, αλλά γνωρίζει και τις έρευνες που γίνονται σήμερα, έτσι ώστε να αποκτήσουμε πληρέστερη γνώση.

Παρόμοια, και στο χώρο της Πνευματικότητας, η γνώση του Σαντ Ματ, ή αλλιώς η γνώση του "θανάτου εν ζωή" ή του διαλογισμού, είναι πανάρχαια. Ήταν πάντοτε μαζί μας από την αρχή της Δημιουργίας. Χρειάζεται επομένως να απευθυνθούμε σ' ένα Διδάσκαλο που να είναι πλήρως καταρτισμένος και να είναι πλήρως ενήμερος όχι μόνο γι' αυτά που λένε οι Γραφές, όχι μόνο για τα βασικά σημεία κάθε θρησκείας, αλλά και γι' αυτά που γίνονται σήμερα και για τον τρόπο που αυτή η γνώση μπορεί να μεταδοθεί στους σύγχρονους ανθρώπους, προκειμένου να την καταλάβουν ευκολότερα. Αν δεν ξέρουμε Σανσκριτικά και μας ζητήσουν να διαβάσουμε κάτι από τα αρχαία κείμενα που έχουν γραφεί σ' αυτήν τη γλώσσα, δεν υπάρχει τρόπος να καταλάβουμε τι λένε. Χρειάζεται λοιπόν να πάμε σε κάποιον που να είναι καλά καταρτισμένος σ' αυτόν τον τομέα. Να γιατί είναι απαραίτητο να βρούμε ένα Διδάσκαλο, έναν ανθρώπινο πόλο που όχι μόνο να είναι καλά καταρτισμένος στη θεωρία, αλλά και να ταξιδεύει ανεμπόδιστα στα Εσωτερικά επίπεδα, να έχει επικοινωνία με το Θεό και να μπορεί να πηγαίνει και να επιστρέφει στο Αιώνιο Σπίτι μας, το Σατς Καντ, εν ριπή οφθαλμού.

Το θρησκευτικό υπόβαθρο του Διδασκάλου

Όταν ψάχνουμε ένα δάσκαλο σ' αυτόν τον κόσμο, δεν ενδιαφερόμαστε αν αυτός είναι Ινδουιστής, Μουσουλμάνος,

Χριστιανός, Εβραίος ή Σιχ. Απευθυνόμαστε σ' εκείνον επειδή ξέρουμε ότι μπορεί να μας μεταδώσει τη γνώση που θέλουμε να αποκτήσουμε. Παρόμοια, και στην Πνευματικότητα προσπαθούμε να βρούμε τον ανθρώπινο πόλο που να έχει αυτοπαραδοθεί στη Δύναμη του Θεού και να έχει εξουσιοδοτηθεί από τον ίδιο το Θεό να έρθει σ' αυτόν τον κόσμο για να μπορέσουν οι ψυχές να επιστρέψουν κοντά Του. Αυτό το πρόσωπο μπορεί να είναι Ινδός, μπορεί να είναι Αμερικανός, Βρετανός, Αφρικανός ή Αυστραλός. Δεν έχει σημασία η χώρα, γιατί αυτό το άτομο μπορεί να είναι από οποιοδήποτε μέρος του κόσμου. Χρειάζεται όμως να βρούμε το σωστό πρόσωπο. Αυτό έχει σημασία, γιατί αν δεν μπορέσουμε να βρούμε το σωστό πρόσωπο, τότε οι προσπάθειες μας ενδέχεται να μάς οδηγήσουν μόνο μέχρι το επίπεδο που έφτασε ο άνθρωπος που βρήκαμε και τον δεχθήκαμε ως δάσκαλο. Δεν έχει σημασία ποιο είναι το θρησκευτικό υπόβαθρο του δασκάλου, αφού η Πνευματικότητα είναι η βάση πάνω στην οποία στηρίζονται όλες οι θρησκείες, χωρίς να είναι θρησκεία από μόνη της.

Αν εμβαθύνουμε στη μελέτη όλων των θρησκειών του κόσμου θα συνειδητοποιήσουμε ότι η βάση όλων είναι η ίδια. Όλες πιστεύουν ότι υπάρχει ένας Θεός και μια αλήθεια κι αυτή η αλήθεια είναι ότι ο Θεός είναι Αγάπη. Όλες οι θρησκείες μάς λένε το ίδιο πράγμα. Όταν λοιπόν πηγαίνουμε σ' αυτούς τους τέλειους Διδασκάλους, που μας τους στέλνει ο Θεός, μας λένε ότι θα πρέπει να παραμείνουμε στη δικιά μας θρησκεία και ποτέ δε θα θελήσουν να μας δέσουν πάνω τους. Εκείνο που μας συνιστούν είναι να συνδεθούμε με τη Διδάσκαλο Δύναμη. Ποτέ δε θα σας πουν: «εγώ είμαι Σιχ, και εσύ να γίνεις Σιχ» ή «είμαι Ινδουιστής, όλοι να γίνετε Ινδουιστές» ή «είμαι Χριστιανός, να γίνετε όλοι Χριστιανοί». Ποτέ δε θα μας ζητήσουν να αλλαξοπιστήσουμε. Το αντίθετο θα συμβεί. Στην πραγματικότητα, όπως μας τόνιζε ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας Σαντ Ντάρσαν Σινγκ: «Δεν πιστεύουμε στην αλλαγή της πίστης (*conversion*), αλλά μόνο στην Εσωστροφή (*inversion*)». Οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι θέλουν να ακολουθούμε τις δικές

μας κοινωνικές παραδόσεις, θέλουν να ακολουθούμε τις παραδόσεις της δικιάς μας θρησκείας. Μας ζητούν μόνο να πάμε βαθύτερα μέσα μας. Θέλουν να γνωρίσουμε ποια είναι η βάση όλων των θρησκειών. Θέλουν να γνωρίσουμε ποιοι είμαστε πραγματικά, να γνωρίσουμε ποιος είναι ο Θεός και να γνωρίσουμε το δρόμο που οδηγεί πίσω στο Θεό. Θέλουν να συνειδητοποιήσουμε ότι η ψυχή μας που τώρα ενσαρκώνει ένα ανθρώπινο σώμα, περιβάλλεται από πάρα πολλά καλύμματα και ότι το Φως που ενυπάρχει στην ψυχή μας έχει σκεπαστεί από αυτά τα καλύμματα και έχει χάσει τη λάμψη και τη δόξα της.

Καθώς λοιπόν υπάρχουν όλα αυτά τα καλύμματα που περιβάλλουν το Φως της, το μόνο που εμείς βλέπουμε είναι σκοτάδι. Θέλουν λοιπόν οι πευματικοί Διδάσκαλοι να γνωρίσουμε ότι δεν είμαστε το σώμα και ότι η μόνη αλήθεια μέσα στο σώμα είναι η ψυχή. Θέλουν να συνειδητοποιήσουμε ότι η ψυχή, που υπάρχει μέσα στον καθένα μας, είναι κομμάτι του Θεού και ότι επιβάλλεται να αγαπάμε και να σεβόμαστε τον κάθε άνθρωπο και μάλιστα όχι μόνο τους ανθρώπους, αλλά κάθε μορφή ζωής μέσα στη Δημιουργία. Αν μπορούμε να φτάσουμε σε ένα επίπεδο όπου να συνειδητοποιήσουμε ότι η ψυχή, που υπάρχει μέσα σε κάθε μορφή Δημιουργίας, είναι μέρος του Θεού, τότε δε θα μας είναι δύσκολο να δούμε το Φως του Θεού μέσα στον καθένα. Μόλις φθάσουμε σ᾽ αυτήν την κατάσταση, που να βλέπουμε το Φως του Θεού στον καθένα, τότε η ψυχή μας συνδέεται αμέσως με την Υπερψυχή.

Η Διδάσκαλος Δύναμη ποτέ δεν εγκαταλείπει τον κόσμο

Οι Τέλειοι Διδάσκαλοι που έχουν έρθει στη γη, είναι ένα με το Θεό και εργάζονται ως συνειδητοί συνεργάτες του Θείου Σχεδίου. Ο Θεός δίνει απευθείας εντολή, απευθείας εξουσιοδότηση σε κάποιες απ᾽ αυτές τις ψυχές να έρθουν στον κόσμο, και τους αναθέτει το ιερό καθήκον να οδηγήσουν τις άλλες

ψυχές, που βρίσκονται ακόμα σ' αυτόν τον κόσμο, πίσω στο Θεό. Τέτοιες εντεταλμένες ψυχές έρχονται στη γη από αμνημονεύτων χρόνων και εργάζονται σε διαφορετικούς ανθρώπινους πόλους. Η Δύναμη του Θεού που εργάζεται σ' αυτούς τους ανθρώπινους πόλους είναι πάντοτε η ίδια. Ήταν η ίδια από την αρχή του κόσμου και έκτοτε παραμένει η ίδια μέχρι τις ημέρες μας, και πάντα θα παραμένει η ίδια πάνω στη γη, μέχρι τη συντέλεια του αιώνα όπως είπε ο Ιησούς.* Η Δύναμη είναι πάντοτε η ίδια, ο ανθρώπινος πόλος όμως μέσα στον οποίο φιλοξενείται, αλλάζει κάθε εποχή. Φορέας αυτής της δύναμης μπορεί να υπήρξε ο Βούδας, ο Μαχαβίρα, ο Ιησούς και άλλοι παλαιότερα, όπως και αργότερα η δύναμη εργάστηκε μέσα από τον Γκουρού Νάνακ Ντεβ, τον Καμπίρ Σαχίμπ, και τον τελευταίο αιώνα μέσα από τον Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν, τον Κιρπάλ Σινγκ και τον φιλεύσπλαχνου Διδάσκαλο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ και θα συνεχίσει να εργάζεται στο διηνεκές μέσα από άλλους Τέλειους Διδασκάλους. Επομένως, αυτή η Διδάσκαλος Δύναμη, αυτή η Δύναμη του Θεού, αυτή η Χριστή Δύναμη πάντοτε θα παραμένει στον κόσμο και θα είναι εδώ για να οδηγεί, όλες τις εποχές, πίσω στο Θεό τις ψυχές που τον λαχταρούν. Αυτή η Δύναμη μας βοηθάει να συνειδητοποιήσουμε ποιοι είμαστε πραγματικά, μας βάζει στο σωστό Μονοπάτι και μας δείχνει το δρόμο της επιστροφής στο Θεό.[1]

Τι χρειάζεται για να βρούμε έναν Τέλειο Διδάσκαλο

Δυστυχώς δεν είναι εύκολο να βρούμε έναν Τέλειο Διδάσκαλο, γιατί τα φυσικά μας μάτια δεν έχουν τη δυνατότητα να διακρίνουν τις διαφορές του ενός δασκάλου από τον άλ-

1 Σημ. μετ. Έτσι εξηγούνται και τα λόγια του Ιησού που είπε στους Εβραίους: «….Είμαι παλαιότερος του Αβραάμ …» και «Δεν θέλω σας εγκαταλείψει μέχρι τη συντέλεια του αιώνα¨….»

λον. Ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν, ο Κιρπάλ Σινγκ και ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μάς έχουν πει ότι, για να συναντήσουμε έναν Τέλειο Διδάσκαλο, το μόνο που απαιτείται είναι να έχουμε έντονη και ειλικρινή λαχτάρα να συναντήσουμε τον Κύριο. Θα πρέπει να έχουμε φλογερό πάθος μέσα στην καρδιά μας. Θα πρέπει να έχουμε Αγάπη για το Διδάσκαλο και για το Θεό και να επιθυμούμε το Θεό. Μόλις φθάσουμε σε αυτή την κατάσταση, τότε ο ίδιος ο Θεός θα μας δείξει το σωστό δρόμο. Θα μας βάλει στη σωστή κατεύθυνση και θα φέρει την ψυχή μας σε επαφή με το Δοδάσκαλο της εποχής μας, μέσα από τον οποίο εργάζεται η Δύναμη του Θεού. Μας έχουν πει επίσης ότι, όταν ο Θεός κάποτε θελήσει να οδηγήσει μια ψυχή προς το Διδάσκαλο, θα ρυθμίσει το καθετί ώστε την κατάλληλη στιγμή, να γίνει αυτή η συνάντηση.[1]

Έχουμε ακούσει πολλά παραδείγματα ανθρώπων που είχαν δει το Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν ή τον Αγαπημένο μας Διδάσκαλο Κιρπάλ Σινγκ ή το φιλεύσπλαχνο Διδάσκαλο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ στα οράματά τους ή στο διαλογισμό τους, πολύ καιρό πριν τους συναντήσουν στο φυσικό επίπεδο. Έτσι, με τον έναν ή τον άλλον τρόπο, ο Θεός μάς οδηγεί στο Διδάσκαλο, αρκεί η λαχτάρα μας να Τον γνωρίσουμε να είναι ειλικρινής και να έχουμε φλογερή επιθυμία να ανακαλύψουμε ποιοι πραγματικά είμαστε, ποιος είναι ο Θεός και πώς μπορούμε να επιστρέψουμε ξανά στην Αγκαλιά Του.

Τα γνωρίσματα του Τελείου Διδασκάλου

Ένας Τέλειος Διδάσκαλος έχει τη δυνατότητα να δώσει στους αναζητητές μια άμεση Εσωτερική Πνευματική εμπειρία την ώρα της μύησης. Την ώρα εκείνη ανοίγει το Εσωτερικό μάτι και το Εσωτερικό τους αυτί, ώστε να μπορέσουνε να

1 Σημ. μετ. «ουδείς γνωρίσει τον Υιόν πλην αν τούτο είναι δεδομένο υπό του Πατρός» Ιωαν.

δούνε το Φως του Θεού και να ακούσουνε τη Μουσική των Σφαιρών. Ένας Τέλειος Διδάσκαλος πάντοτε ζητάει από τους μυημένους να κάνουν το πείραμα του διαλογισμού από μόνοι τους, αφού πρώτα τους έχει ανάψει τη σπίθα και τους έχει δείξει το δρόμο, ευλογώντας τους με τη μύηση. Ποτέ δε ζητούν από τους μαθητές τους να έχουν τυφλή πίστη. Οι Διδάσκαλοι μάς λένε ότι ο τρόπος που μας δείχνουν είναι ο καλύτερος και δεν έχουμε παρά να πειραματιστούμε, προκειμένου να φθάσουμε το Θεό. Δεν πρέπει να πιστέψουμε κανένα, μας λένε, αλλά να κάνουμε τα δικά μας πειράματα.

Μόλις μπούμε μέσα μας και κάνουμε τα πειράματα στο εργαστήριο που ο ίδιος ο Θεός μάς έδωσε, το ανθρώπινο σώμα, τότε μπορούμε να δούμε εμείς οι ίδιοι τα πλεονεκτήματα και τα οφέλη του διαλογισμού. Συγχρόνως με το διαλογισμό, μας δείχνουν έναν τρόπο για να ελέγχουμε την πρόοδό μας και αυτό το επιτυγχάνουμε με το να κρατάμε το "Ημερολόγιο Αυτοελέγχου". Με αυτό το ημερολόγιο, μπορούμε να δούμε αν προοδεύουμε στο δρόμο της επιστροφής μας στο Θεό.

Στο Φυσικό επίπεδο, ο Διδάσκαλος ως άνθρωπος, ίσως έχει περιορισμούς, ακριβώς όπως όλοι οι άνθρωποι έχουμε όρια. Όμως στο Πνευματικό επίπεδο ο Διδάσκαλος, ως φορέας και ενσάρκωση του Θείου Λόγου, δεν έχει όρια καθώς είναι ένα με τον Ίδιο το Θεό. Οι δυνάμεις του είναι απεριόριστες, είναι οι δυνάμεις του Θεού. Ο Διδάσκαλος είναι συντονισμένος και σε συνεχή επικοινωνία με το Απόλυτο, παρόλο που εμείς από το ανθρώπινο επίπεδο είναι αδύνατο αυτό να το κατανοήσουμε. Δεν έχουμε την ικανότητα να τον κρίνουμε. Μπορούμε να τον κρίνουμε μόνο ως άνθρωπο από το δικό μας επίπεδο, με βάση τα δικά μας πρότυπα.

Μόλις ένας Διδάσκαλος εγκαταλείψει το θνητό του περίβλημα, απορροφιέται ξανά στο Θεό, ενώνεται με το Θεό και δεν υπόκειται σε κανέναν απολύτως περιορισμό. Μολονότι στο φυσικό επίπεδο ζει μαζί μας, κάθεται μαζί μας, τρώει μαζί μας, περνάει το χρόνο του μαζί μας, μας λέει ιστορίες και αστεία, ακούει τις πονεμένες ιστορίες μας και κάνει τις υποδείξεις του,

ακριβώς όπως ένας μεγαλύτερος αδερφός, ένας πατέρας ή μια μητέρα, ωστόσο, Πνευματικά, βρίσκεται τόσο πιο ψηλά από εμάς, που δεν έχουμε τα μέσα να τον κρίνουμε. Όμως μερικές φορές, με την περιορισμένη μας αντίληψη, τον κρίνουμε από το φυσικό επίπεδο και με βάση τα δικά μας κριτήρια. Η ανόητη κριτική μας οφείλεται στο ότι δεν μπορούμε να αντιληφθούμε το μεγαλείο των Τέλειων Διδασκάλων.

Το προνόμιο της ανθρώπινης γέννησης

Μέσα στους αιώνες, όλοι οι άγιοι, μάς λένε ότι είναι σπάνιο προνόμιο να έχουμε το ανθρώπινο σώμα. Μόνον ύστερα από αμέτρητα χρόνια παίρνουμε την ανθρώπινη μορφή, που είναι το επιστέγασμα και η κορωνίδα όλης της Θεϊκής Δημιουργίας. Κάθε λεπτό μέσα στο ανθρώπινο σώμα είναι πολύ πολύτιμο και δεν θα έπρεπε να το σπαταλάμε σε άσκοπες εγκόσμιες δραστηριότητες. Μας λένε ότι θα πρέπει να αφιερώνουμε κάθε λεπτό, κάθε δευτερόλεπτο που μπορούμε, για να βρούμε έναν Τέλειο ζωντανό Διδάσκαλο, ώστε να μπορέσουμε να μάθουμε ποιοι πραγματικά είμαστε και ποιος είναι ο προορισμός της ζωής μας.

Αν κάποτε συναντήσουμε τον ζωντανό Διδάσκαλο της εποχής μας, θα πρέπει να αφιερώνουμε όσο περισσότερο χρόνο μπορούμε στο να ακολουθούμε αυτά που θα μας υποδείξει, δηλαδή να αφιερώνουμε χρόνο σε διαλογισμό, να ζούμε σύμφωνα με τις ηθικές αρχάς και να ζούμε με ένα απλό τρόπο ζωής.

Κάθε πρωί κάνουμε μπάνιο, ντυνόμαστε και χρησιμοποιούμε καλλυντικά, επειδή θέλουμε να δείχνουμε όμορφοι στους άλλους. Αυτό είναι καλό αλλά το ερώτημα είναι, πώς η ψυχή μπορεί να δείχνει όμορφη στα μάτια του Θεού; Η ψυχή είναι όμορφη στα μάτια του Θεού όταν όλες οι αρετές κατοικούν μέσα μας και όταν έχουμε απομακρύνει όλες τις αρνητικές πλευρές του χαρακτήρα μας. Ακριβώς όπως χρησιμοποιούμε

σαπούνι για να καθαρίσουμε το ρύπο από το σώμα μας για να είμαστε καθαροί, έτσι μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε το “σιμράν” για να εξαγνίσουμε την ψυχή μας. Με το διαλογισμό μας, μπορούμε να εξαγνίσουμε και να εξωραΐσουμε την ψυχή μας, και να παρουσιάσουμε μια καθαρή ψυχή στο Θεό όταν βρεθούμε στην παρουσία Του.

Οι Διδάσκαλοι πάντοτε μας επισημαίνουν ότι σε κάθε εποχή, μόνο λίγες ψυχές έχουν την καλή τύχη να φθάνουν στα Πόδια του Διδασκάλου και να μυούνται απ᾽ αυτόν. Αυτές οι τυχερές ψυχές θα πρέπει να αφιερώνουν όσο περισσότερο χρόνο μπορούν, για να επιστρέψουν στο Αληθινό τους Σπίτι το ταχύτερο δυνατό.

Η ατομική μας ευθύνη

Τα τελευταία χρόνια, όσοι από μας είχαμε την τύχη να μυηθούμε από έναν από τους τρεις μεγάλους Διδασκάλους, χρειάζεται να καταβάλουμε προσπάθεια για να μπούμε μέσα μας και να διατηρήσουμε άσβεστο το καντήλι που μας άναψαν. Τη στιγμή της μύησης οι μεγάλοι Διδάσκαλοι ανοίγουν το Εσωτερικό μας μάτι και το Εσωτερικό μας αυτί, για να δούμε το θείο Φως και να ακούσουμε τη Μουσική των Σφαιρών. Από κει κι έπειτα είναι δικό μας χρέος να ασκηθούμε στο διαλογισμό και να αφιερώνουμε χρόνο και προσπάθεια, που όμως πρέπει να έχουν ποιότητα. Η ποιότητα καθορίζεται από το κυρίαρχο πάθος μας να γνωρίσουμε το Θεό, έτσι ώστε να μπορέσουμε να διαβούμε το Μονοπάτι που μας έδειξαν οι Διδάσκαλοι όχι απλώς περπατώντας, αλλά τρέχοντας, για να επιστρέψουμε στην Πατρίδα μας και να πετύχουμε το στόχο μας το ταχύτερο δυνατό. Αν εμείς δε βοηθήσουμε τον εαυτό μας, κανείς δεν πρόκειται να μας βοηθήσει.

Υπάρχει στον κόσμο μία γνωστή προτροπή που λέει: «*Ξύπνα, σήκω και μη σταματάς, μέχρι να φτάσεις στο στόχο σου*». Αυτή η προτροπή έχει ισχύ και για μας, γιατί πολλοί νο-

μίζουμε ότι, αφού μυηθήκαμε, ο Διδάσκαλος θα φροντίσει την ψυχή μας, χωρίς να χρειάζεται εμείς οι ίδιοι να καταβάλουμε καμία προσπάθεια. Ο Διδάσκαλος θα έρθει σίγουρα να μας πάρει την ώρα του θανάτου, όμως θα τοποθετήσει την ψυχή μας εκεί που της αξίζει με βάση τις πράξεις μας. Αν δεν έχουμε καταβάλει την απαιτούμενη προσπάθεια να φτάσουμε στο Πνευματικό μας Σπίτι σ' αυτήν τη ζωή και αν δεν έχουμε αφιερώσει ποιοτικό χρόνο στις Πνευματικές μας ασκήσεις, ίσως χρειαστεί να μας δώσει ένα νέο σώμα ή μπορεί να μας τοποθετήσει σε κάποια χαμηλά Εσωτερικά επίπεδα, προκειμένου να αναπτύξουμε την Πνευματική μας εξέλιξη και να έχουμε τις προϋποθέσεις να επιστρέψουμε στο Θεό.

Όσοι από μας πηγαίνουν στα Σάτσανγκ και έρχονται για την Ντάρσαν του Διδασκάλου, δε θα πρέπει γυρίζοντας στο σπίτι τους να ξεχνούν τα πάντα και να τα ξαναθυμούνται όταν μετά από μια ή δυο εβδομάδες ξαναπηγαίνουν στο Σάτσανγκ. Δεν πρέπει απλώς να συμμετέχει κανείς από συνήθεια. Θα πρέπει να επωφελούμαστε από την εδώ παρουσία μας, κι αυτό που κερδίζουμε να το βάζουμε σε πράξη στην καθημερινή μας ζωή. Θα πρέπει να θυμόμαστε συνεχώς το Θεό και να αξιοποιούμε ό,τι κερδίσαμε στο Σάτσανγκ, πράγμα που θα μας βοηθήσει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας και το Θεό και θα μας επιτρέψει να επιστρέψουμε γρήγορα κοντά Του.

Αν δε διαλογιζόμαστε κι αν δεν αφιερώνουμε χρόνο στις Πνευματικές μας ασκήσεις, δε θα μπορέσουμε να μπούμε μέσα μας και να κάνουμε βήματα στην πορεία που οδηγεί πίσω στο Θεό. Επομένως, όποτε έχουμε την ευκαιρία να διαλογιστούμε, δε θα πρέπει να την αφήνουμε να περνάει ανεκμετάλλευτη. Εκμεταλλευόμαστε την ευκαιρία να γνωρίσουμε τον αληθινό εαυτό μας, όταν ερχόμαστε σε επαφή με το Φως του Θεού και τη Μουσική των Σφαιρών, γιατί μόνον τότε οι άνθρωποι κάνουν βήματα στον αγώνα τους να πετύχουν την Αυτογνωσία και τη Θέωση. Δεν είναι δυνατό να φτάσουμε στο στόχο μας, αν δεν καταβάλλουμε ποιοτική προσπάθεια.

Πρέπει καταρχήν να συνειδητοποιήσουμε ότι η αληθι-

νή μας υπόσταση δεν είναι το σώμα αλλά η ψυχή. Θα πρέπει επίσης να συνειδητοποιήσουμε ότι ο Διδάσκαλος δεν είναι το σώμα, αλλά ότι αυτό που ονομάζουμε Διδάσκαλο είναι η Δύναμη που εργάζεται μέσω του σώματός του. Πρέπει επομένως να συνδεθούμε με τη Διδάσκαλο Δύναμη. Ο Διδάσκαλος είναι σαν ένας ραδιοφωνικός σταθμός που στέλνει συνεχώς κύματα θειότητας, που εκπορεύονται από το Θεό. Αυτές οι εκπομπές της θείας ουσίας διαχέονται ταυτόχρονα σε όλον το χώρο. Επομένως, η Αγάπη της Διδασκάλου Δύναμης μπορεί να φτάσει σε κάθε άνθρωπο την ίδια στιγμή, όπου κι αν βρίσκεται, χωρίς τίποτα να μπορεί να την παρεμποδίσει. Ακριβώς όπως τα ραδιοκύματα μπορούν να ληφθούν από πενήντα εκατομμύρια ή και περισσότερους διαφορετικούς δέκτες, έτσι και η Αγάπη του Θεού, που εκπέμπεται από τον Πνευματικό Διδάσκαλο, μπορεί να ληφθεί από χιλιάδες ανθρώπους την ίδια στιγμή. Το μόνο που χρειάζεται είναι να είμαστε δεκτικοί και να συντονίζουμε το δέκτη μας με το σωστό ραδιοσταθμό, ώστε να είμαστε σε θέση να συλλάβουμε αυτά τα μηνύματα. Μόλις λοιπόν γίνουμε δεκτικοί και καλλιεργήσουμε το πάθος και την επιθυμία να γνωρίσουμε το Θεό, τότε όλοι, μπορούμε να αποκτήσουμε τη μακαριότητα του Θεού και να φτάσουμε σε μια κατάσταση απόλυτης ευδαιμονίας.

Ο Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μας έλεγε συχνά ότι για τις ψυχές που είναι γεμάτες λαχτάρα, ο Διδάσκαλος πάντα θα ξεκλειδώνει την πόρτα του βασιλείου που βρίσκεται μέσα στον καθένα μας. Ο Διδάσκαλος δίνει στον καθένα μας την Εσωτερική εμπειρία του Φωτός του Θεού και της Μουσικής των Σφαιρών, έτσι ώστε να μπορέσουμε να ξεκινήσουμε το ταξίδι της επιστροφής μας πίσω στο Θεό, να διαφύγουμε από τον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων, να συνειδητοποιήσουμε ποιοι είμαστε, ενόσω βρισκόμαστε στην ανθρώπινη μορφή και να επιστρέψουμε στο Θεό σ᾽ αυτήν τη ζωή.



21. Η αιώνια φύση της Αγάπης του Διδασκάλου

Ὅταν πήγαινα σχολείο, σε κάποια τάξη έπρεπε να μελετήσω την ποίηση του Σαίξπηρ, κι ένας στίχος από κάποιο του ποίημα έλεγε: «*Η αγάπη δεν είναι αγάπη αν μεταβάλλεται*». Όποτε συλλογίζομαι την Αγάπη του Διδασκάλου για μας, θυμάμαι πάντα αυτόν το στίχο, που υποδηλώνει τη φύση της αιώνιας αγάπης του Διδασκάλου για το μαθητή του.

Όταν ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ ήταν παιδί, χρειάστηκε για ένα διάστημα να πάει σε κάποια άλλη πόλη και να μείνει σ' ένα θείο του για ένα μεγάλο χρονικό διάστημα. Πριν φύγει ζήτησε από τον πατέρα του, τον Αγαπημένο Διδάσκαλο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ, να εκπληρώσει μία επιθυμία του, να του δίνει τη "*ντάρσαν*" του καθημερινά, επειδή, όπως έλεγε, δε θα μπορούσε να ζήσει δίχως την "*ντάρσαν*" του φιλεύσπλαχνου πατέρα του. Ο Αγαπημένος Διδάσκαλος Σαντ Κιρπάλ Σινγκ ικανοποίησε αυτή του την επιθυμία κι έτσι ο Ντάρσαν είχε κάθε μέρα την Εσωτερική "*ντάρσαν*" του πατέρα του. Ο μικρός Ντάρσαν επειδή έμεινε στο σπίτι του θείου του πολύ καιρό, αναγκάστηκε να παρακολουθεί τα μαθήματα του σχολείου αυτής της πόλης. Μια μέρα, ο δάσκαλος ζήτησε από όλους τους μαθητές να αγοράσουν κάτι ειδικά τετράδια για ένα μάθημα. Την άλλη μέρα ο μικρός Ντάρσαν έψαξε στις τσέπες του και είδε ότι δεν είχε καθόλου χρήματα και τότε έτρεξε πίσω στο σπίτι του θείου του. Δυστυχώς, όταν έφτασε εκεί, διαπίστωσε ότι η πόρτα του σπιτιού ήταν κλειδωμένη και ότι όλοι έλειπαν. Έφυγε πολύ λυπημένος και απογοητευμένος, που δε θα μπορούσε να αγοράσει τα τετράδια και να συμμετάσχει στο μάθημα που θα έκανε ο δάσκαλος εκείνη την ημέρα και κάθισε στην άκρη του δρόμου, στενοχωρημένος για αρκετά λεπτά. Ξαφνικά, ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ εμφανίστηκε μπροστά του με τη φυσική του μορφή και του έδωσε στο χέρι χρήματα. Ο Ντάρσαν ένιωσε πολύ ευτυχισμένος και έτρεξε αμέσως να αγοράσει τα τετράδια και μετά επέστρεψε στο σχολείο του. Ο λόγος που

αναφέρω αυτή την ιστορία είναι για να επισημάνω ένα σημείο. Ο Διδάσκαλος μπορεί να εμφανιστεί στο μαθητή οποιαδήποτε ώρα και σε οποιοδήποτε τόπο και με οποιαδήποτε μορφή λόγω της Αγάπης που τρέφει γι᾽ αυτόν. Ο Διδάσκαλος θέλει να βοηθήσει τον καθέναν από μας, γιατί, με τη Θεία Χάρη του, ενεργεί σαν πατέρας, σαν μητέρα και σαν προστάτης μας.

Είναι σημαντικό να συνειδητοποιήσουμε την αιώνια φύση της Αγάπης του Διδασκάλου, ιδιαίτερα όταν ο Διδάσκαλος λείπει μακριά μας ή εγκαταλείπει το φυσικό κόσμο. Σε τέτοιες περιόδους όλοι αισθανόμαστε εγκαταλελειμμένοι, όλοι νιώθουμε σαν χαμένοι. Μπορεί να νιώθουμε ακόμη και σαν ορφανά παιδιά. Αλλά θα πρέπει να ξέρουμε ότι ο Διδάσκαλος ποτέ δε μας εγκαταλείπει. Δε θα πρέπει να ξεχνάμε ότι ο Διδάσκαλος δεν είναι το σώμα, αλλά η Αιώνια Δύναμη που ενυπάρχει στο σώμα. Όλοι πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι είναι αυτή η ίδια η Αγάπη, η αιώνια Αγάπη του Διδασκάλου, που ποτέ δε μας εγκαταλείπει. Ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλός μας Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έχει αποτυπώσει πολύ όμορφα αυτή την αλήθεια σ᾽ ένα από τα ποιήματά του στην Ουρδική γλώσσα:

«Η Αγάπη έχει μόνον αρχή. Δεν έχει τέλος».

Όπως ακριβώς ο Σαίξπηρ είπε ότι:

«Η Αγάπη δεν είναι Αγάπη αν μεταβάλλεται»,

Έτσι και ο Φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος είπε με τα δικά του λόγια ότι:

«Η Αγάπη έχει μόνον αρχή. Δεν έχει τέλος».

Όταν μια φορά αυτή η Αγάπη μεταξύ του μαθητή και του Διδασκάλου αρχίσει, συνεχίζεται μέχρι ο μαθητής αρχικά να συγχωνευτεί με το Διδάσκαλο και τελικά να συγχωνευτεί με το Θεό. Αυτή η Αγάπη του Θεού ανάμεσα σε Διδάσκαλο και

μαθητή είναι μια φωτιά που καίει κι από τις δυο μεριές. Η Αγάπη αυτή στην πραγματικότητα ξεκινάει από τον Διδάσκαλο. Αυτός είναι που πρώτος αρχίζει να μας αγαπάει και στη συνέχεια αυτή η φλόγα της Αγάπης αρχίζει να φουντώνει σε καθέναν από τους μαθητές του. Η σχέση της Αγάπης μας με το Διδάσκαλο ξεκίνησε πρώτη φορά όταν εκείνος έβαλε σε κίνηση το παιχνίδι αρχίζοντας να μας αγαπάει. Λέγεται ότι η Αγάπη πρώτα εκπορεύεται από την καρδιά του Αγαπημένου. Η Αγάπη πρώτα αρχίζει από την καρδιά του Διδασκάλου και η Αγάπη του Διδασκάλου για μας ξεκίνησε πολύ πριν τον συναντήσουμε για πρώτη φορά.

Η Αποστολή των Διδασκάλων και τα διδάγματά τους

Κάθε Διδάσκαλος έρχεται με την ειδική Αποστολή που του έχει δοθεί από τον ίδιο το Θεό, να φέρει και πάλι κοντά Του συγκεκριμένες ψυχές που έχουν χωριστεί απ᾽ Αυτόν πριν από αμέτρητους αιώνες. Όπως λέει η Ευαγγελική ρήση σχετικά με το Διδάσκαλο: «*ο Ποιμένας γνωρίζει το ποίμνιό του*». Ο Διδάσκαλος ξέρει ποιοι είναι οι μαθητές του, ακριβώς όπως ένας καθηγητής παίρνει τον κατάλογο και ξέρει τους μαθητές τού τμήματός του πριν ξεκινήσουν τα μαθήματα. Η επιλογή των ψυχών που προορίζονται να επιστρέψουν στο Θεό, σε οποιαδήποτε εποχή, γίνεται από τον ίδιο τον Κύριο.

Όλοι εμείς έχουμε χωριστεί από το Δημιουργό μας πριν από αμέτρητους αιώνες και όλον αυτόν τον καιρό, ταξιδεύουμε μέσα στον κύκλο των 8,4 εκατομμυρίων ειδών ζωής και έχουμε υποστεί μεγάλα βάσανα και οδύνες. Εκείνες οι ψυχές που ποθούν το Θεό και υπερεπιθυμούν να επιστρέψουν στο Αληθινό τους Σπίτι, έλκουν την ευσπλαχνία και τη Χάρη Του. Ο Θεός ακούει το πικρό κλάμα τους και τους δίνει την ευλογία της γέννησης στην ανθρώπινη μορφή, γιατί μόνο μέσα από την ανθρώπινη μορφή έχουμε τη δυνατότητα να πραγματο-

ποιήσουμε τη Θέωση. Μόνο σ' αυτή τη μορφή έχουμε όλες τις ιδιότητες και τα εφόδια που απαιτούνται για να γνωρίσουμε ποιοι πραγματικά είμαστε και να βρούμε το δρόμο της επιστροφής στο Θεό. Εκείνος, αφού με τη Χάρη Του μας δώσει πρώτα την ανθρώπινη μορφή, φροντίζει αργότερα να φτάσουμε στα πόδια του Διδασκάλου των ημερών μας, έτσι ώστε να μπορούμε να έχουμε την αναγκαία καθοδήγηση στο δρόμο της επιστροφής μας κοντά Του. Τελικά η Αγάπη του Θεού και η ευσπλαχνία Του είναι εκείνα που μας οδηγούν σ' έναν Πνευματικό Ειδήμονα. Θα πρέπει επομένως να συνειδητοποιήσουμε ότι ο Θεός μάς διάλεξε να έρθουμε κάτω από την προστασία ενός ζωντανού Διδασκάλου και θα πρέπει να νιώθουμε πολύ ευλογημένοι και πολύ τυχεροί που κανόνισε να γίνουν όλα αυτά στη διάρκεια αυτής μας της ζωής.

Όταν ένας Διδάσκαλος αρχίζει την Αποστολή του, γνωρίζει ποιες ψυχές θα έρθουν στο ποίμνιό του. Έχει επίσης στη διάθεσή του αυτό που ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ συνήθιζε να ονομάζει "*carte blanche*", δηλαδή εν λευκώ εξουσιοδότηση να καλέσει στα πόδια του και άλλες ψυχές και να τους προσφέρει το έλεός του. Είναι δουλειά του Διδασκάλου να μεταφέρει το θέλημα του Θεού στη διάρκεια της Αποστολής του. Πρέπει να διαθέσει τον εαυτό του με τέτοιο τρόπο, ώστε όσο το δυνατό περισσότερες ψυχές να μάθουν για τα διδάγματα και όσο το δυνατό περισσότερες ψυχές να βρουν το δρόμο τους και να γυρίσουν στο Θεό.

Κάποιες φορές έχω ακούσει ανθρώπους να ρωτούν το Διδάσκαλο: «Γιατί διαδίδουμε το Μονοπάτι, αφού οι ψυχές που είναι καθορισμένο να τον βρουν, θα τον βρουν έτσι κι αλλιώς;» Παρόλο που είναι αλήθεια ότι οι περισσότερες από τις ψυχές είναι προκαθορισμένο να συναντήσουν το Διδάσκαλο, θα πρέπει να συνειδητοποιήσουμε ότι ζούμε στο φυσικό κόσμο και ως εκ τούτου πρέπει να λειτουργούμε σύμφωνα με τους νόμους, τους κανόνες και τις πραγματικότητες του φυσικού κόσμου. Αν το ήθελε, ο Θεός θα μπορούσε να πάρει πίσω ξαφνικά όλες τις ψυχές που κατοικούν στη Δημιουργία. Αλλά το

Θέλημά Του είναι να εργαστεί σύμφωνα με τους νόμους που κυβερνούν τα τρία κατώτερα επίπεδα. Κατά συνέπεια, μπορεί να πάρει πίσω τις ψυχές μέσω μιας σειράς ενεργειών, όπως είναι οι ομιλίες που δίνει, η οργάνωση Σάτσανγκ, οι συγκεντρώσεις για ερωταποκρίσεις, η ενημέρωση των ανθρώπων για το Ιερό Νάαμ ή Λόγο και τέλος η μύηση, που φέρνει τους ανθρώπους σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού.

Αν ο Διδάσκαλος το επιθυμεί, μπορεί απλώς και μόνο να σκεφτεί ένα άτομο και μέσω της προσοχής που θα του έχει δώσει, να το φέρει στα Ιερά Πόδια του. Αυτό είναι κάτι που κάποιες φορές το κάνουν οι Διδάσκαλοι. Μερικές φορές βλέπουμε ότι ο Διδάσκαλος έχει εμφανιστεί σε ανθρώπους πριν ακόμα ακούσουν γι᾽ αυτόν ή τον δουν. Ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ εμφανίστηκε Εσωτερικά στον Αγαπημένο Διδάσκαλό μας Σαντ Κιρπάλ Σινγκ εφτά χρόνια περίπου πριν ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ συναντήσει το Χαζούρ στο φυσικό επίπεδο και μυηθεί απ᾽ αυτόν στα μυστήρια του υπερπέραν. Ένας Διδάσκαλος μπορεί να εμφανιστεί και να οδηγήσει οποιονδήποτε θεωρήσει κατάλληλο, πολύ πριν ακόμη ο ίδιος ακούσει γι᾽ αυτόν ή τον δει. Κάποιοι άλλοι άνθρωποι, με συμπτωματικό τρόπο ή με κάποιο τρόπο που μπορεί να μοιάζει σε μας ότι είναι σύμπτωση, εμφανίζονται τη σωστή ώρα, στο σωστό μέρος για μύηση, χωρίς να έχουν διαβάσει ή να έχουν ακούσει τίποτα γι᾽ αυτή τη διαδικασία. Αυτές όμως είναι εξαιρέσεις. Για το μεγαλύτερο μέρος ο Διδάσκαλος θα εργαστεί μέσω των κανονικών καναλιών για να τον βρουν οι ψυχές που τον αναζητούν. Αυτός είναι ο λόγος που οι Διδάσκαλοι πηγαίνουν περιοδείες, οργανώνουν τακτικές συγκεντρώσεις σάτσανγκ και εκδίδουν βιβλία και φυλλάδια, ώστε να μπορέσουν να φτάσουν τα διδάγματα στο ευρύ κοινό και σε όσο το δυνατόν περισσότερους ανθρώπους.

Ένα κολέγιο μπορεί να έχει καταρτισμένους καθηγητές, αλλά αν δεν είναι γνωστό στο κοινό ότι έχει ικανά στελέχη και καλές ερευνητικές δυνατότητες, κανείς δε θα αποφασίσει να πάει εκεί και να ωφεληθεί από τις σπουδές που προσφέρει. Για

να ενημερώσουν τους ανθρώπους για το κολέγιο, οι υπεύθυνοι, εκδίδουν φυλλάδια ή καταχωρούν διαφημίσεις, που περιγράφουν τους καθηγητές τους και τις δυνατότητες που παρέχουν για έρευνα. Παρόμοια, ο Διδάσκαλος πρέπει να εργαστεί μέσα από τα κανονικά κανάλια, έτσι ώστε οι χωρισμένες από Εκείνον ψυχές να μπορέσουν να μάθουν πού και πως μπορούν να Τον βρουν.

Η αιώνια φύση της Αγάπης του Διδασκάλου

Όταν συναντήσουμε το Διδάσκαλο των ημερών μας, ανακαλύπτουμε να μας περιβάλλει με μια Αγάπη που ποτέ πριν δε βιώσαμε στις προηγούμενές μας σχέσεις. Θυμάμαι το περασμένο καλοκαίρι, συνάντησα κάποιον από την Ελλάδα, που όταν ήρθε κοντά μου είπε ότι την Αγάπη που είχε λάβει από το Διδάσκαλο δεν την είχε νιώσει ποτέ και από κανέναν άλλον στη ζωή του.

Ο Διδάσκαλος πάντοτε ξεχειλίζει από Αγάπη για τον καθέναν από εμάς και αυτό συμβαίνει επειδή έχει συγχωνεύσει τη συνειδητότητά του με το Θεό και η Αγάπη του Θεού διαποτίζει ολόκληρη την ύπαρξή του. Ο Διδάσκαλος είναι απλώς ο φορέας μέσω του οποίου εργάζεται η δύναμη του Θεού. Μπορεί να φαίνεται και να ενεργεί σαν ένας συνηθισμένος άνθρωπος, αλλά έτσι μοιάζει μόνο σ᾽ εκείνους που η όρασή τους είναι περιορισμένη στη φυσική συνειδητότητα. Αυτοί που μπορούν να υψωθούν πάνω από τη φυσική συνειδητότητα, θα δουν ότι η δύναμη που εργάζεται και μιλάει μέσα από το σώμα του Διδασκάλου είναι η δύναμη του Θεού. Οτιδήποτε δεχόμαστε από το Διδάσκαλο θα πρέπει να θεωρούμε ότι προέρχεται από τη Δύναμη που υπάρχει πίσω από τη φυσική του μορφή. Αυτό είναι ίσως το σπουδαιότερο σημείο στην προσπάθειά μας να κατανοήσουμε την αιώνια φύση της Αγάπης του Διδασκάλου.

Μέσω της Αγάπης και της Χάρης του Θεού, σταθήκαμε πολύ τυχεροί και πήραμε την ανθρώπινη μορφή. Μέσω της

Αγάπης του Θεού οδηγηθήκαμε σ' έναν Πνευματικό Ειδήμονα και μέσω της Αγάπης του Θεού βιώσαμε την προσοχή, την ευσπλαχνία και τη Χάρη της μύησης του Διδασκάλου.

Μύστες και ποιητές έχουν χρησιμοποιήσει διαφορετικές εικόνες για να περιγράψουν τη σχέση μεταξύ Θεού και ψυχής. Μερικοί την περιγράφουν σαν την Αγάπη ανάμεσα στη μητέρα και στο παιδί. Άλλοι την περιγράφουν σαν τη σχέση δύο ερωτευμένων και άλλοι την περιγράφουν σαν τη σχέση ανάμεσα στο γαμπρό και στη νύφη. Ίσως να έχουμε διαβάσει βιβλία ή να έχουμε δει ταινίες με κλασσικές ιστορίες αγάπης. Σε αυτές περιγράφεται η ζωή ερωτευμένων, που η αγάπη τους ήταν τόσο μεγάλη, ώστε θυσίασαν τη ζωή τους ο ένας για τον άλλον.

Στη Δύση είναι γνωστή η ιστορία του Ρωμαίου και της Ιουλιέτας και στην Ανατολή η ιστορία του Μαζνού και της Λεϊλά. Υπάρχουν και πολλές άλλες ιστορίες, που αναφέρονται στην αγάπη μεταξύ των ερωτευμένων. Ένας άγιος που μίλησε για την αγάπη, είπε ότι η Αγάπη του Διδασκάλου για το μαθητή του είναι εκατοντάδες φορές μεγαλύτερη, όχι μόνο από την αγάπη των ερωτευμένων αλλά και από την αγάπη της μάνας για το παιδί της. Μόνο με τη βοήθεια ενός Διδασκάλου και μόνο μέσω της Θείας Χάρης μπορούμε να έρθουμε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού και μόνο μέσω της Χάρης του Διδασκάλου μπορούμε να φτάσουμε στο αιώνιο σπίτι μας, το Σατς Καντ και να πραγματοποιήσουμε το Θεό.

Η Αγάπη που έχει ο Διδάσκαλος για τους μαθητές του είναι απεριόριστη και πολύ μεγαλύτερη από αυτή που συναντάμε στις ερωτικές ιστορίες. Το μέγεθος της θυσίας των Διδασκάλων για τους μαθητές τους φαίνεται από το ότι αφήνουν το μακάριο παράδεισό τους, στο Βασίλειο του Θεού, και έρχονται εδώ στη γη, για να ζήσουν ανάμεσά μας, σ' αυτό το επίπεδο του πόνου και των βασάνων και αυτό το κάνουν μόνο για να μας βοηθήσουν να επιστρέψουμε πίσω στο Θεό. Όταν είναι εδώ υποφέρουν, παίρνοντας πάνω τους το δικό μας κάρμα, έτσι ώστε το φορτίο μας να μικρύνει και να αντέξουμε το βάρος του πιο εύκολα.

Η αγάπη τους για μας είναι τόσο μεγάλη, που θα κάνουν ό,τι είναι δυνατόν, προκειμένου να μας βοηθήσουν στο Πνευματικό μας ταξίδι. Μόνο μέσω του Διδασκάλου και της Θείας Χάρης μπορούμε να γνωρίσουμε και να πραγματοποιήσουμε το Θεό.[1]

Όταν οι Διδάσκαλοι έρχονται σ' αυτόν τον κόσμο, η κύρια δουλειά τους είναι να οδηγήσουν τις ψυχές μας πίσω στο Θεό. Έχοντας αυτήν την Αποστολή, ο Διδάσκαλος κάνει τα πάντα, για να στρέψει την προσοχή μας προς τον Κύριο. Ο Διδάσκαλος έχει στην υπηρεσία του τη μεγαλύτερη δύναμη που υπάρχει για να μας βοηθήσει και αυτή είναι ο Λόγος, η δύναμη του ίδιου του Θεού, που εργάζεται μέσα του. Μπορούμε να φανταστούμε αυτήν τη δύναμη σαν τη δύναμη ενός τεράστιου μαγνήτη. Αν πάρετε μια μαγνητισμένη ράβδο και τη μετακινήσετε πάνω από ρινίσματα σιδήρου, τότε τα ρινίσματα θα κινηθούν αστραπιαία προς το μαγνήτη και θα κολλήσουν πάνω του σφιχτά. Η Αγάπη του Θεού είναι σαν ένας μαγνήτης απέραντης δύναμης. Όταν οι ψυχές έρχονται σε επαφή μαζί Του, μαγνητίζονται ακατανίκητα προς Αυτόν. Λαχταρούν να είναι συνεχώς ενωμένες με την Πηγή αυτής της Αγάπης. Επιθυμούν να κάθονται και να απορροφιούνται μέσα στα διαπεραστικά και ζωηρά μάτια του Αγαπημένου. Νιώθουν να θέλγονται από την όμορφη φωνή του. Είναι πιασμένοι στο μαγικό δίχτυ της γοητείας του. Είναι σκλαβωμένοι από τα μάτια του, που σπινθηροβολούν και χορεύουν παιχνιδιάρικα. Τα μεθυστικά του μάτια προσκαλούν την ψυχή να βουτήξει μέσα τους και να κολυμπήσει στα ήρεμα νερά τους. Όπως ο φιλεύσπλαχνος Διδάσκαλος Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έλεγε σε κάτι στίχους του:

«Μας έχουν ξελογιάσει οι βόστρυχοι των μαλλιών
του Διδασκάλου και σκλαβώνουν την καρδιά μας».

---

1 Σημ. μετ. «... μεγαλύτερη αγάπη δεν έχει ουδείς του να βάλει την ψυχή αυτού υπέρ των φίλων του...... σεις είσθε οι φίλοι μου... » Ιωαν.

Για να μας βοηθήσουν να επιστρέψουμε στο αληθινό μας Σπίτι, οι Διδάσκαλοι μάς γεμίζουν με Αγάπη και μακαριότητα. Οι μαθητές αισθάνονται τόση γαλήνη και μακαριότητα στη παρουσία τους, που δεν μπορούν να αντέξουν να φύγουν από κοντά τους. Την ίδια μαγνητική έλξη μπορούμε νιώσουμε ακόμα κι όταν είμαστε μακριά. Οι ψυχές που έχουν γίνει δεκτικές και έχουν εξαγνιστεί από τις νοητικές παρεμβολές, μπορούν να νιώσουν την έλξη της Αγάπης του Διδασκάλου. Ανεξάρτητα από το πού βρισκόμαστε, η ψυχή μας προσπαθεί να βρεθεί μέσα στην Αγκαλιά του Αγαπημένου. Καμιά φυσική απόσταση δεν μπορεί ποτέ πραγματικά να μας χωρίσει, γιατί ο Διδάσκαλος βρίσκεται μέσα μας παντοτινά. Αν όμως η προσοχή μας εστιάζεται μόνο στον εξωτερικό κόσμο, θα βιώνουμε τις οδύνες του χωρισμού.

Σε μια τέτοια κατάσταση, η ψυχή γίνεται πολύ ανήσυχη κι αυτή η ανησυχία προκαλεί μια λαχτάρα που δρα σαν κινητήρια δύναμη και σπρώχνει την ψυχή μας να στραφεί Εσωτερικά. Ο Διδάσκαλος γοητεύει την καρδιά μας κι όταν είμαστε μαζί του, μας δίνει μια πρόγευση της μακαριότητας που περιμένει τον καθένα μας. Όταν είμαστε χωρισμένοι απ᾽ αυτήν τη μακαριότητα, λαχταράμε και τον αναζητάμε μέσα μας. Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, αυτή η λαχτάρα μάς βοηθάει να εστιάσουμε την προσοχή μας Εσωτερικά. Όταν συνειδητοποιήσουμε ότι εκείνος κάθεται μέσα μας, θα εστιάσουμε την προσοχή μας σταθερά και ολοκληρωτικά στο Φως που βλέπουμε στο διαλογισμό μας.

Αυτό θα το κάνουμε με την ίδια ένταση και λαχτάρα με την οποία τρέχουμε να λάβουμε την “ντάρσαν” του στη φυσική του παρουσία. Ο Διδάσκαλος θέλει να βιώσουμε την εμπειρία της ένωσης της ψυχής μας μαζί του και μέσω αυτού με το Θεό. Θέλει να απελευθερώσει την ψυχή μας, ώστε να μην υπάρχει τίποτα που να την εμποδίζει να γίνει ένα με τον Κύριο. Η έλξη ανάμεσα στη ψυχή και στο Διδάσκαλο είναι πολύ ισχυρή αλλά καθώς είμαστε (*η ψυχή μας*) σκεπασμένοι από νου, ύλη και απατηλότητα, δεν μπορούμε να νιώσουμε την ενότητα της

ψυχής μας με το Διδάσκαλο στην πληρότητά της.

Ο Διδάσκαλος μάς βοηθάει να αποβάλλουμε τους φραγμούς που μας εμποδίζουν να βιώσουμε στην πληρότητά της, την εμπειρία τής ενότητάς μας μαζί του και στη συνέχεια, της ενότητάς μας με το Θεό (*Θέωση*). Ένας βοηθητικός παράγων είναι και το ημερολόγιο αυτοενδοσκόπησης, που μας έχει δώσει, για να μπορέσουμε να ξεριζώσουμε τις αδυναμίες που εμποδίζουν τη ψυχή μας να πετάξει πίσω στην Πηγή της.

Ακόμα μας δίνει μια ώθηση με τη μύηση με την οποία μας ευλογεί, γιατί μας φέρνει σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού. Αν θελήσουμε να ακολουθήσουμε τις οδηγίες του, η ψυχή μας θα απελευθερωθεί από τη φυλακή της και καθώς θα είναι ελεύθερη από τα δεσμά του νου, θα είναι πιο δεκτική στην έλξη, της Αγάπης του Διδασκάλου. Θα δούμε τότε τον εαυτό μας να λούζεται μέσα στην Αγάπη του. Θα δούμε τον εαυτό μας να συναρπάζεται από την κάθε του ματιά. Θα νιώθουμε συγκίνηση από την κάθε του λέξη και από την κάθε του κίνηση. Θα βιώνουμε περισσότερη ακτινοβολία και περισσότερη φόρτιση στην παρουσία του και θα κινηθούμε με μεγαλύτερη ταχύτητα προς την ακτινοβόλο μορφή του μέσα μας.

Ακριβώς όπως ενεργεί η μαγνητική δύναμη, ανεξάρτητα αν το σχήμα του μαγνήτη είναι ένα πέταλο ή μία ράβδος, ένας λεπτός μαγνήτης ή ένας παχύς μαγνήτης, με τον ίδιο τρόπο επενεργεί και η Διδάσκαλος Δύναμη, ανεξάρτητα από τον ανθρώπινο πόλο μέσω του οποίου εργάζεται. Δεν είναι το εξωτερικό σχήμα του μαγνήτη, αλλά η δύναμη μέσα του, που μας έλκει και το ίδιο ισχύει και με τους Διδασκάλους. Αν εγκαταλείψει το φυσικό επίπεδο ένας Διδάσκαλος, η Δύναμη του Θεού θα εργαστεί μέσα από έναν άλλον ανθρώπινο πόλο.

Είναι η Εσωτερική Δύναμη αυτή που μας έλκει και όχι η εξωτερική μορφή, που δεν έχει καμιά ιδιαίτερη αξία. Αυτό είναι ένα λεπτό σημείο, που πρέπει να συνειδητοποιήσουμε. Με τη Δύναμη του Θεού, που εργάζεται μέσα στον ανθρώπινο πόλο, πρέπει να έρθουμε σε επικοινωνία και όχι με την εξωτερική μορφή αυτού του πόλου.

Η Αγάπη του Θεού και η Αγάπη του Διδασκάλου είναι αιώνιες. Μπορούμε να έρθουμε σε επαφή μαζί της όταν βρισκόμαστε στη φυσική παρουσία του ζωντανού Διδασκάλου, αλλά το ίδιο μπορούμε να το πετύχουμε και Εσωτερικά, στη διάρκεια των ιερών διαλογισμών μας. Η Αγάπη του Διδασκάλου κι η Αγάπη του Θεού ποτέ δε σβήνουν. Πάντα ήταν μαζί μας και θα μείνουν για πάντα μαζί μας, μέχρι την αιωνιότητα.

Η Αγάπη του Διδασκάλου ποτέ δεν αλλάζει, αλλά συνεχίζεται για πάντα η ίδια. Όπως είπε κι ο Σαντ Ντάρσαν: «*Η αγάπη έχει μόνον αρχή, δεν έχει τέλος*». Για να το συνειδητοποιήσουμε, αρκεί μόνο να συναντήσουμε τον Κύριό μας Εσωτερικά. Μόλις το πετύχουμε, θα νιώσουμε την ηρεμία και τη γαλήνη της ένωσης της ψυχής μας με το Θεό. Θα είμαστε σε τέλεια χαρά και ευτυχία, γιατί δε θα υπάρχει πια τίποτα που να χωρίζει την ψυχή από το Θεό. Η ψυχή συγχωνεύεται με το Δημιουργό της και βιώνει τέλεια μακαριότητα. Καμιά δύναμη δεν μπορεί να τους χωρίσει. Είναι δεμένοι για πάντα με τα δεσμά της αιώνιας Αγάπης του Αγαπημένου.



22. Καρδιά με καρδιά και ψυχή με ψυχή

Η ποίηση του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ είναι μια πηγή από νέκταρ που διαρκώς αναβλύζει και από την οποία μπορούμε να πιούμε ξανά και ξανά και πάντοτε να νιώθουμε μια ατέλειωτη γλυκύτητα. Κάθε στίχος του, μάς ανοίγει ένα καινούριο παράθυρο, μέσα από το οποίο μπορούμε να ρίξουμε μια κλεφτή ματιά στην Πνευματική ζωή. Το ταξίδι της ψυχής πίσω στο Θεό είναι το ίδιο για όλους μας και ταυτόχρονα διαφορετικό για κάθε ψυχή. Το ταξίδι είναι το ίδιο, αλλά η εμπειρία της κάθε ψυχής στο δρόμο είναι πολύ διαφορετική, όπως συμβαίνει και με τη διαδρομή κάθε σταγόνας νερού μέσα στο χώρο και στο χρόνο, καθώς η σταγόνα μεταλλάσσεται μέσα στον κύκλο του νερού, στο δρόμο της προς τη θάλασσα. Τη μια στιγμή είναι αέριο, την επόμενη είναι υγρό και τη μετέπειτα στερεό. Τη μια στιγμή πέφτει σα σταγόνα βροχής και την άλλη λαμποκοπά στην επιφάνεια μιας καθαρής σαν κρύσταλλο λίμνης στα βουνά. Διαβάζοντας τους στίχους του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, παίρνουμε μια ιδέα για τις πολλές εμπειρίες που βιώνει μια ευλογημένη ψυχή στο ταξίδι της επιστροφής της πίσω στο Θεό.

Σήμερα θα ήθελα να αναλύσουμε την ομορφιά και τον πλούτο μιας μόνο στροφής από ένα ποίημα του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, καθώς κάθε φορά που διαβάζω τους στίχους του, βρίσκω μια νέα μουσική να απλώνεται και να δίνει μια διαφορετική απόχρωση στην έννοια της Αγάπης. Η στροφή αυτή λέει:

«Καρδιά με καρδιά και ψυχή με ψυχή,
αυτή είναι η αληθινή συνάντηση.
Το προσπέρασμα και το πήγαινε έλα των ανθρώπων,
δεν είναι ούτε καν αντάμωμα.»

Αυτούς τους στίχους μπορούμε να τους εξετάσουμε από πολλές διαφορετικές σκοπιές. Μία από αυτές μας οδηγεί στη κατανόηση τη έννοιας της "δεκτικότητας", που είναι ένας βασικός παράγων στην Πνευματική ζωή. Κάποια άλλη μας οδηγεί

στην κατανόηση του τρόπου επαφής μας με τη φυσική παρουσία ενός Πνευματικά εξελιγμένου ατόμου και συγκεκριμένα του Διδασκάλου. Μπορούμε ακόμα να τους εξετάσουμε από τη σκοπιά της επαφής μας με τη Φωτεινή μορφή του Διδασκάλου Εσωτερικά (*Αστρική μορφή*) και τέλος της επαφής με τον ίδιο το Θεό. Σήμερα θα ήθελα να ερευνήσουμε όλες αυτές τις πολυποίκιλες εμπειρίες που αναφέρονται μέσα σ᾽ αυτούς τους δύο στίχους. Εμβαθύνοντας περισσότερο σ᾽ αυτό το ποίημα, μπορούμε να ανακαλύψουμε ένα λαμπερό κόσμο Φωτός, που η λαμπρότητά του μπορεί να μας αποκαλύψει τις αιώνιες αλήθειες, που με αυτές σαν βάση ο καθένας μας μπορεί να ζήσει τη ζωή του.

Δεκτικότητα: ένας βασικός παράγοντας προόδου

Ο στίχος του ποιήματος αναφέρεται στη διαφορά ανάμεσα σε μια επιφανειακή συνάντηση και σε μια συνάντηση που ενώνει δυο καρδιές και δυο ψυχές σε μία. Περιγράφει τη διαφορά τού να βλέπει κανείς με τα εξωτερικά του μάτια και του να βλέπει με την καρδιά και την ψυχή του. Είναι η διαφορά του να ακούει κανείς με τα εξωτερικά του αυτιά και του να ακούει την ηχητική σιωπή της θείας Αγάπης.

Αν εξετάσουμε τα συναισθήματα που βιώνουμε, όταν βρισκόμαστε στη φυσική παρουσία ενός Πνευματικού Διδασκάλου, μπορούμε να συμπεράνουμε αν αυτή είναι μια επιφανειακή ή μια αληθινή συνάντηση. Αυτό που θα αντιληφθούμε θα μας δώσει μια εικόνα για το πόσο έχουμε προοδεύσει στο Μονοπάτι της δεκτικότητας. Όπως οι βαθμοί ενός θερμομέτρου μετράνε τη θερμοκρασία, ο βαθμός της δεκτικότητας μετράει την Πνευματική μας πρόοδο. Όσο περισσότερο δεκτικοί είμαστε, τόσο πιο γρήγορα προοδεύουμε. Αφού αξιολογήσουμε το σημείο όπου βρισκόμαστε από άποψη δεκτικότητας, μπορούμε τότε να πάρουμε την απόφαση να την αυξήσουμε, έτσι ώστε να φτάσουμε στον Πνευματικό μας στόχο συντομό-

τερα. Οι άνθρωποι νομίζουν ότι η δεκτικότητα είναι καθαρά θέμα Χάρης και ότι εμείς δεν μπορούμε να κάνουμε τίποτα γι' αυτό. Όμως αυτό δεν είναι αλήθεια. Εδώ είναι η Χάρη, εδώ και η προσπάθεια. Η προσπάθεια γίνεται για να αποβάλλουμε εκείνους τους παράγοντες που παρακωλύουν τη δεκτικότητά μας. Ας ερευνήσουμε λοιπόν τους τρόπους με τους οποίους μπορούμε να μετατρέψουμε τις επιφανειακές μας συναντήσεις μ' ένα φωτισμένο Διδάσκαλο, σε αληθινές συναντήσεις στο επίπεδο της καρδιάς και της ψυχής. Με άλλα λόγια, ας δούμε πώς μπορούμε να οδηγηθούμε από την επιφάνεια και την επιπολαιότητα στη βαθιά δεκτικότητα, έτσι ώστε να μπορέσουμε να απολαύσουμε τους καρπούς της Πνευματικότητας.

Υπάρχουν πολλές περιπτώσεις στις οποίες βρισκόμαστε στην παρουσία ενός Πνευματικού Διδασκάλου και κάθε φορά είναι μια ευκαιρία που μας προσφέρεται να αυξήσουμε τη δεκτικότητα μας και να ανοίξουμε ακόμη πιο πλατιά την πόρτα στα Πνευματικά βασίλεια που βρίσκονται μέσα μας. Η παρουσία και η συντροφιά ενός Πνευματικού Διδασκάλου μπορεί να μας προσφέρει ποικίλες εμπειρίες, από το να τον βλέπουμε και να ακούμε τα λόγια του, μέχρι την απώτατη εμπειρία της υπέρβασης της φυσικής μας συνειδητότητας και της ανύψωσής μας στα ανώτερα Πνευματικά Επίπεδα. Υπάρχουν πολλές ενδιάμεσες εμπειρίες μεταξύ αυτών των δύο περιπτώσεων. Μπορούμε να είμαστε μαζί του ατέλειωτες ώρες και να τον βλέπουμε μόνο με τα εξωτερικά μας μάτια ή μπορεί να είμαστε μαζί του για ένα κλάσμα του δευτερολέπτου και να μεταφερθούμε στα βασίλεια του υπερπέραν. Αυτό που συμβαίνει στη διάρκεια αυτών των συναντήσεων, κατά ένα μεγάλο μέρος, εξαρτάται από το βαθμό της δεκτικότητάς μας.

Η δεκτικότητα είναι ένας επιστημονικός όρος που περιγράφει με ακρίβεια το πώς εισπράττουμε μια μυστικιστική εμπειρία. Στο φυσικό κόσμο, όταν συλλογιζόμαστε τη δεκτικότητα, το μυαλό μας πηγαίνει στην ευκρίνεια της λήψης των κυμάτων του φωτός και του ήχου που μεταδίδονται από έναν πομπό σ' ένα δέκτη. Σκεπτόμαστε μια τηλεόραση που δέχεται

σήματα από έναν τηλεοπτικό σταθμό ή ένα ραδιόφωνο που δέχεται ραδιοκύματα. Η ευκρίνεια και η διαύγεια του ήχου και της εικόνας εξαρτώνται από το πόσο καλά είναι συντονισμένη η συσκευή μας και υπάρχουν διάφοροι παράγοντες που μπορούν να παρέμβουν στην ακρίβεια της λήψης. Κάτι ανάλογο συμβαίνει και στο χώρο του μυστικισμού. Δεκτικότητα είναι η ικανότητά μας να δεχόμαστε τα κύματα του θείου Φωτός και του Ήχου που ρέουν από την Πηγή, από τον ίδιο το Θεό. Ο σταθμός μετάδοσης είναι ο Πνευματικός μας Διδάσκαλος, ο οποίος στέλνει αυτά τα κύματα προκειμένου η ψυχή μας να μπορέσει να συνδεθεί με τον Δημιουργό. Η δουλειά μας είναι να εμποδίσουμε οτιδήποτε παρεμβαίνει στην ευλογία του να δεχτούμε την Πνευματική εκπομπή του Φωτός και του Ήχου.

Κάθε φορά που είμαστε στη φυσική παρουσία ενός Διδασκάλου, έχουμε την ευκαιρία να λάβουμε αυτές τις Πνευματικές εκπομπές που ακτινοβολούνται προς το μέρος μας. Όσο περισσότερο δεκτικοί είμαστε σ’ αυτή τη Θεϊκή ακτινοβολία, τόσο περισσότερο θα απολαμβάνουμε Εσωτερικές εμπειρίες Φωτός και Ήχου.

Ευκαιρίες συνάντησης με το Διδάσκαλο Εξωτερικά

Κάποιες φορές είμαστε συντροφιά μ’ έναν Πνευματικό Διδάσκαλο μέσα σ’ ένα πλήθος ανθρώπων. Μπορεί να τον κοιτάμε από μακριά καθώς περπατάει ή μπορεί να μας προσπεράσει καθώς κατηφορίζει στο δρόμο. Τον βλέπουμε με τα εξωτερικά μας μάτια. Αν όμως είμαστε δεκτικοί, μπορούμε να επωφεληθούμε από την ακτινοβολία του. Και μόνο να βρεθούμε κοντά του, μπορεί να νιώσουμε μια ώθηση, που ανυψώνει. Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ συχνά μιλούσε για τη συγκίνηση που ένιωθε απλώς και μόνο βλέποντας, ακόμη και από μακριά, το τουρμπάνι τού Πνευματικού του Μέντορα, του Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν. Κάποτε, κάποιος ρώτησε τον Σαντ Ντάρσαν Σινγκ,

αν υπάρχει ωφέλεια στην περίπτωση που είμαστε μεν στην παρουσία του Διδασκάλου αλλά δεν είμαστε δεκτικοί. Απάντησε ότι το κέρδος μας είναι όμοιο μ᾽ εκείνο που εισπράττει ένα παιδί που κοιμάται, όταν η μητέρα του το σκεπάζει με μια κουβέρτα, για να κρατήσει τα έντομα μακριά του. Το παιδί κοιμάται και δεν έχει επίγνωση τι έχει κάνει η μητέρα του, ωστόσο αδιόρατα εισπράττει το όφελος.

Αν δεν είμαστε δεκτικοί, ίσως να μην αισθανόμαστε ότι πήραμε κάτι, η ευλογία του όμως εξακολουθεί να είναι παρούσα. Αδιόρατα και σιωπηλά, οι θεία ακτινοβολία βοηθάει να ξεπλυθούν τα στρώματα της ακαθαρσίας που περιβάλλουν την ψυχή μας. Μπορεί να μην αντιλαμβανόμαστε κάποια αλλαγή εκείνη την ώρα, αλλά με την πάροδο του χρόνου, βαθμιαία εξαγνιζόμαστε και γινόμαστε καλύτεροι άνθρωποι. Αν ωφελούμαστε απλώς με το να βρισκόμαστε στη φυσική παρουσία του Διδασκάλου, φανταστείτε πόσα περισσότερα κερδίζουμε αν είμαστε δεκτικοί εκείνη την ώρα!

Αν έχουμε σταθεί αρκετά τυχεροί να παρευρεθούμε στη φυσική παρουσία του Διδασκάλου, ακόμη κι ανακατεμένοι σ᾽ ένα πλήθος χιλιάδων ανθρώπων, μπορούμε να αυξήσουμε τη δεκτικότητά μας, αρκεί να εστιάσουμε την προσοχή μας στο να λάβουμε τα Πνευματικά κύματα που εκπέμπονται απ᾽ αυτόν. Δεν πρέπει να σκεφτόμαστε τα προβλήματά μας ή τον κόσμο που είναι γύρω μας. Θα πρέπει απλώς να κρατάμε το νου μας ήρεμο και ακίνητο και να αφήνουμε την ακτινοβολία του να κυλάει μέσα μας. Μπορούμε να έχουμε την αίσθηση μιας αυξανόμενης αντίληψης και μέθης, όταν βρισκόμαστε στην παρουσία του, ακόμη και μέσα σε μεγάλη κοσμοπλημμύρα. Ακόμη κι αν ο Διδάσκαλος δε φαίνεται να κοιτάζει προς το μέρος μας, ένας δεκτικός άνθρωπος θα αισθανθεί πάνω του την προσοχή του Διδασκάλου και θα ανυψωθεί.

Άλλη μια ευκαιρία που μας παρουσιάζεται όταν βρεθούμε μαζί μ᾽ έναν Πνευματικό Ειδήμονα, είναι όταν συνομιλούμε προσωπικά μαζί του. Μπορεί να μας δοθεί η ευκαιρία να ανέβουμε πάνω στην εξέδρα που δίνει την ομιλία και να τον ρω-

τήσουμε κάτι ή να τον χαιρετήσουμε καθώς περνάει. Κι αυτή επίσης είναι άλλη μια ευκαιρία που μπορούμε να βιώσουμε την εμπειρία όχι μιας απλής, επιφανειακής συνάντησης, αλλά μιας αληθινής συνάντησης καρδιάς με καρδιά.

Πολλοί άνθρωποι θέλουν να έχουν την ευκαιρία να κάνουν ερωτήσεις στο Διδάσκαλο, αλλά αυτού του είδους οι συναντήσεις έχουν κάποιους περιορισμούς. Την ώρα που του μιλάμε είμαστε υποχρεωμένοι να μεταχειριστούμε το νου μας.

Γενικά, σκεπτόμαστε το πρόβλημά μας, διαμορφώνουμε την ερώτηση και ανησυχούμε αν είπαμε όλα όσα είχαμε σχεδιάσει να πούμε. Ο Διδάσκαλος μπορεί να μας κοιτάζει διαπεραστικά όση ώρα ακούει την ερώτησή μας, αλλά εμείς είμαστε συχνά τόσο πολύ απορροφημένοι στις σκέψεις μας και σ᾽ αυτό που προσπαθούμε να πούμε, ώστε δεν αισθανόμαστε την ένταση του βλέμματός του. Μετά, όταν μας δίνει την απάντηση, συγκεντρώνουμε το νου μας αποκλειστικά σ᾽ αυτό που μας λέει. Μερικές φορές φτάνουμε στο σημείο να κρίνουμε ή να αξιολογούμε την απάντηση που μας δίνει, σύμφωνα με τις προσωπικές μας αντιλήψεις. Τότε και ενώ εξελίσσεται η απάντησή του, δεν εισπράττουμε πλήρως αυτό που ρέει σε εμάς από καρδιά σε καρδιά και από ψυχή σε ψυχή. Ο νους μας είναι δραστήριος και παρεμβαίνει στην πορεία της λήψης των Πνευματικών δώρων. Τον βλέπουμε και τον ακούμε, ενδέχεται όμως να μη βιώσουμε την εμπειρία της καρδιάς με καρδιά συνάντησης που τόσο πολύ λαχταράμε.

Αν μπορούσαμε να του μιλήσουμε με ανοιχτό μυαλό και να δεχτούμε αυτό που ρέει και ακτινοβολεί μέσα από τα μάτια του, θα ήμαστε σαν μια άδεια κούπα, που θα γέμιζε ευλογία και θα αποκομίζαμε πολύ μεγαλύτερα οφέλη από την ευκαιρία που μας δόθηκε απλώς και μόνο να συνομιλήσουμε μαζί του. Είναι δύσκολο να πετύχουμε αυτή την ισορροπία, να μιλάμε δηλαδή και συγχρόνως να δεχόμαστε το βλέμμα του, να τον ακούμε και συγχρόνως να πίνουμε το Θείο νέκταρ της ακτινοβολίας του. Οι περισσότεροι άνθρωποι που προσπαθούν να κάνουν και τα δυο μοιάζει να βρίσκονται σε μια κατάσταση

μέθης, που φτάνει τα όρια της τρέλας και του παραληρήματος. Μπορεί να μοιάζει σαν να έχουν χάσει τα μυαλά τους, αλλά όποιος είναι σε θέση να πετύχει κάτι τέτοιο στην παρουσία ενός Πνευματικού Δασκάλου, θα βρει τη ψυχή του. Αυτοί οι άνθρωποι τελικά φεύγουν από κοντά του με το μέγιστο όφελος και των δυο κόσμων. Έχουν πάρει την απάντηση τους στο διανοητικό επίπεδο, ενώ ταυτόχρονα έχουν δεχτεί τη μέγιστη Θεϊκή μέθη στο επίπεδο της ψυχής τους.

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μίλησε κάποτε για την κατάσταση εκείνων που τους δίνεται η ευκαιρία να συνεργαστούν με το Διδάσκαλο για κάτι. Συχνά περιέγραφε πόσο ζηλεύουμε όσους πρέπει να μιλήσουν στο Διδάσκαλο για οργανωτικά ή διαχειριστικά θέματα. Τόνιζε ωστόσο το γεγονός ότι, την ώρα που οι άνθρωποι αυτοί συνεργάζονται με το Διδάσκαλο, χρησιμοποιούν τη διάνοια τους. Πρέπει να σκεφτούν για τις καταστάσεις και τις δυσκολίες που ενδέχεται να προκύψουν ή πρέπει να συζητήσουν μαζί του διάφορα πράγματα στο διανοητικό επίπεδο. Εκείνη την ώρα δεν μπορούν να είναι πλήρως δεκτικοί, γιατί, αν σταματήσουν να μεταχειρίζονται το νου τους, δε θα μπορέσουν να ολοκληρώσουν τη δουλειά που έχουν αναλάβει.

Το να είναι κανείς ικανός να συζητάει στο διανοητικό επίπεδο και ταυτόχρονα να είναι δεκτικός, είναι ένα δύσκολο έργο. Αν και δεν είναι αδύνατο, είναι δύσκολο να γίνει. Πρέπει κανείς να πίνει τον ωκεανό και να κρατά τα χείλη του στεγνά. Αν κάποιος μπορεί να το πετύχει, θα μπορεί να δεχτεί το όφελος της συνεργασίας με το Διδάσκαλο και συγχρόνως να βιώνει την εμπειρία της πλήρους Πνευματικής ανάτασης που προκαλεί η παρουσία του.

Άλλες ευκαιρίες που έχουμε για να βρεθούμε μαζί με το Διδάσκαλο είναι στις περιπτώσεις που όλοι οι μαθητές πάνε εκδρομή ή επισκέπτονται κάποιο γραφικό μέρος ή είναι σε περιοδεία ή τρώνε μαζί με το Διδάσκαλο. Υπάρχουν ακόμα και πολλές άλλες απρογραμμάτιστες περιπτώσεις, που μας δίνεται η δυνατότητα να είμαστε μαζί μ᾽ έναν Πνευματικό Ειδήμονα. Και πάλι έγκειται στον καθένα μας να επιλέξει αν αυτή θα εί-

ναι μια ευκαιρία που απλώς θα τον βλέπουμε με τα εξωτερικά μας μάτια ή θα είναι μια ευκαιρία να βιώσουμε την έκσταση και τη μακαριότητα που μας προκαλεί η ακτινοβολία που εκπέμπεται μέσα από τα μάτια του. Αν τον θεωρούμε απλώς και μόνον έναν κοινό καλό άνθρωπο, που τον συναντάμε σε κάποια εκδήλωση, τότε θα βιώσουμε την εμπειρία της παρουσίας του μόνο στο εξωτερικό επίπεδο. Ο νους μας μπορεί να απολαμβάνει το τοπίο ή το γεύμα που τρώμε στην εκδρομή ή να κουτσομπολεύει με τους άλλους. Αν όμως πραγματικά επιθυμούμε να αποκομίσουμε το πλήρες όφελος απ᾽ αυτήν την ευκαιρία, θα κρατήσουμε τις σκέψεις μας υπό έλεγχο, έτσι ώστε να μη μας αποσπούν τα επικριτικά σχόλια και οι έγνοιες για το παρελθόν ή το μέλλον. Αν ο νους μας είναι ακίνητος και ήρεμος, θα βιώσουμε τη μακαριότητα και την έκσταση που προκαλεί η παρουσία του. Τα μάτια μας θα είναι πανέτοιμα να "αρπάξουν" τις ματιές του, τις οποίες με μεγάλη τρυφερότητα σκορπάει στο πλήθος. Η καρδιά και η ψυχή μας θα είναι ανοιχτές να λάβουν την Αγάπη που ακτινοβολεί στους πάντες ολόγυρά του και κάθε βλέμμα του θα μας μεταφέρει σε ολοένα και ψηλότερα επίπεδα μακαριότητας.

Υπάρχουν κάποιοι τυχεροί που μεθούν τόσο πολύ, που η ψυχή τους αρχίζει να αποσύρεται από το σώμα και χάνουν κάθε αντίληψη για το φυσικό τους περίγυρο και το εξωτερικό περιβάλλον. Όταν αυτές οι ψυχές φύγουν από τη συγκέντρωση, τρέχουν αμέσως να καθίσουν σε διαλογισμό και λούζονται στα δροσερά νερά των ζωοποιών *ντάρσαν* που έλαβαν από το Διδάσκαλο.

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μάς έλεγε συχνά ότι, απ᾽ όλες τις ευκαιρίες που μας δίνονται να βρεθούμε στη φυσική παρουσία του Διδασκάλου, εκείνη που μπορούμε να αποκομίσουμε το μέγιστο δυνατό όφελος είναι όταν βρισκόμαστε μαζί του στο Σάτσανγκ. Ένας από τους λόγους που ανέφερε ήταν ότι το Σάτσανγκ μάς προσφέρει τη δυνατότητα να βρισκόμαστε μαζί του για μεγάλο χρονικό διάστημα.

Ένα Σάτσανγκ μπορεί να διαρκέσει μία με δύο ώρες, ενώ

και σε άλλες εκδηλώσεις που κρατάνε περισσότερο, όπως είναι μια *μπαντάρα*[1] ή ένα συνέδριο, έχουμε τη δυνατότητα να καθίσουμε στην παρουσία του έξι με οκτώ ώρες την ημέρα.

Κάποιοι, ίσως πιστεύουν ότι όταν σε ένα Σάτσανγκ βρισκόμαστε μέσα σ᾽ ένα πλήθος εκατοντάδων ή και χιλιάδων ανθρώπων, μοιάζει να μην είναι η ευκαιρία που ζητάμε, για να βρεθούμε μαζί του σε προσωπικό επίπεδο. Αν όμως είμαστε δεκτικοί και καθίσουμε καρτερώντας τη Χάρη του, θα διαπιστώσουμε ότι, κάθε φορά που μας δίνει την *ντάρσαν* του, θα βιώνουμε την εμπειρία της αληθινής καρδιάς με καρδιά και ψυχής με ψυχή συνάντησης. Τις μαγικές εκείνες στιγμές κατά τις οποίες δεχόμαστε το βλέμμα του, είμαστε τελείως μόνοι μαζί του. Υπάρχουμε μόνον εμείς και ο Θεάνθρωπος, συντονισμένοι μέσα στη ματιά του που μας διαπερνά μέχρι τα μύχια της ψυχής μας. Αυτό το βλέμμα έχει τη δύναμη να μας μεταμορφώσει, να μας ανυψώσει και να μας μεταφέρει στο υπερπέραν.

Αν καθόμαστε με ηρεμία και δε σκεπτόμαστε τα προβλήματά μας ή τον άνθρωπο που κάθεται δίπλα μας ή το παρελθόν και το μέλλον και δε μας απασχολεί καμιά απολύτως σκέψη, όταν συναντήσουμε τη ματιά του, αυτή η ματιά θα διεισδύει κατευθείαν μέσα στην καρδιά μας και θα βιώσουμε την εμπειρία της σε κάθε πτυχή της ψυχής μας, καθώς θα αισθανόμαστε την ανύψωση και την απόσυρση των αισθητηριακών μας ρευμάτων. Έχω δει ανθρώπους να εγκαταλείπουν ακόμη και το σώμα τους και να ταξιδεύουν στο υπερπέραν, ενώ απλώς και μόνο κάθονται στην παρουσία του Διδασκάλου τους στο σάτσανγκ και τον κοιτάζουν στα μάτια.

Σ᾽ εμάς λοιπόν εναπόκειται αν θέλουμε να ακούσουμε το Σάτσανγκ μόνο με τα αυτιά μας ή να το ακούσουμε και με την καρδιά και με την ψυχή μας. Αν εμείς ακούμε το Διδάσκαλο να μιλάει και ο νους μας τρέχει, θα συνεχίσουμε να ζυγίζουμε κάθε λέξη του, θα κρίνουμε και θα σχολιάζουμε αυτό που λέει, κάνοντας το δικό μας διάλογο μέσα στο κεφάλι μας ως απάντηση

---

1 Σημ. μετ. Επετειακές εκδηλώσεις στη μνήμη ενός Αγίου.

των λόγων που προφέρει. Αν όμως ακούμε με την καρδιά και την ψυχή μας, είναι βέβαιο ότι θα εισπράξουμε το Πνευματικό μήνυμα που επιθυμεί να μας μεταδώσει. Θα μάθουμε αυτό που χρειάζεται να μάθουμε και συγχρόνως θα εμπνευστούμε να κάνουμε καθετί που θα βοηθήσει την Πνευματική μας πρόοδο. Τα λόγια του θα ακούγονται σαν θεία Μελωδία που θα κάνει την καρδιά μας να χορεύει εκστασιασμένη.

Είναι δικιά μας επιλογή η στάση που υιοθετούμε όταν καθόμαστε στο Σάτσανγκ. Αν καθόμαστε απλώς και μόνο σαν θεατές, που κοιτάζουν την εξωτερική μορφή του Διδασκάλου και ακούνε μόνον τον τρόπο που χειρίζεται τη γλώσσα και τις λέξεις που επιλέγει, τότε θα αποκομίσουμε μόνο το αδιόρατο όφελος που προσφέρει η συντροφιά του, σ' ένα επίπεδο όπου η αντίληψή μας θα είναι ατελής. Αν όμως επιλέξουμε να καθίσουμε με δεκτικότητα, με ήρεμο το νου και ανοιχτή την ταπεινή καρδιά μας, τότε θα βιώσουμε μια Πνευματική ώθηση που θα διαποτίσει την ύπαρξή μας, θα συγκλονιστούμε από τις ματιές του και θα εμπνευστούμε από το Λόγο που βρίσκεται πίσω από τα εξωτερικά του λόγια. Θα αισθανθούμε τότε την απόσυρση των ρευμάτων της ψυχής μας στην εστία των ματιών και όταν φύγουμε από ένα τέτοιο σάτσανγκ σε κατάσταση δεκτικότητας και στη συνέχεια καθίσουμε σε διαλογισμό, θα έχουμε γρήγορη συγκέντρωση και περισσότερες Εσωτερικές εμπειρίες.

Άλλη ευκαιρία για να είμαστε με το Διδάσκαλο μάς παρουσιάζεται όταν καθόμαστε στην παρουσία του και δεχόμαστε την *ντάρσαν* του ή όταν τον πλησιάζουμε για να πάρουμε από τα χέρια του, *πρασάντ*. Δε χρειάζεται να πούμε κάτι, η σιωπή όμως λέει πολλά για την καρδιά με καρδιά συνεννόηση. Τίποτα δε λέγεται, αλλά τα πάντα ακούγονται. Ατενίζει κανείς τα μάτια του Διδασκάλου και τα πάντα μεταδίδονται από καρδιά σε καρδιά κι από ψυχή σε ψυχή. Συχνά παρατηρούσα τους ανθρώπους που δέχονταν την ντάρσαν του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ ή του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ να επιστρέφουν στη θέση τους κυριολεκτικά χορεύοντας στον αέρα. Αν μπορούσαμε να

είμαστε ανοιχτοί στην Αγάπη που μας εκπέμπουν κάθε στιγμή, θα νιώθαμε τη μακαριότητα να διαποτίζει κάθε κομμάτι της ύπαρξής μας. Όταν αυτό το αίσθημα μακαριότητας μας δημιουργήσει την επιθυμία να καθίσουμε σε διαλογισμό, θα μας δώσει συγχρόνως μια πανίσχυρη ώθηση για να πετάξουμε με υπερηχητική ταχύτητα στο υπερπέραν.

Οι συναντήσεις με το Διδάσκαλο Εσωτερικά

Μέχρι τώρα αναφερθήκαμε σε περιπτώσεις που βρισκόμαστε στην εξωτερική παρουσία του Διδασκάλου, αλλά θα αναφερθούμε και στη συνάντηση με το Διδάσκαλο Εσωτερικά, δηλαδή κατά τη διάρκεια του διαλογισμού μας. Την ώρα του διαλογισμού μπορεί να επιλέξουμε μια άνετη στάση και να καθόμαστε με κλειστά τα μάτια αλλά να μη διαλογιζόμαστε πραγματικά. Ο νους μας ενδέχεται να περιπλανιέται σε σκέψεις που αφορούν τη δουλειά μας, τα οικογενειακά μας προβλήματα, τα καινούργια ρούχα που θέλουμε να αγοράσουμε ή τον προβληματισμό μας για το πώς θα εξοφλήσουμε την πιστωτική μας κάρτα και τα σχέδια που κάνουμε για το μέλλον μας. Μπορεί να φαίνεται ότι καθόμαστε ακίνητοι επί μία ώρα αλλά οι σκέψεις μας να πηδάνε από δω κι από κει, σαν τις μαϊμούδες στο κλουβί.

Ο Εσωτερικός Διδάσκαλος κάθεται μέσα μας και μας παρακολουθεί. Όμως, το κλάσμα του δευτερολέπτου που τον θυμόμαστε στη διάρκεια του διαλογισμού, μέσα από τη συνεχή, εύθυμη περιπλάνηση του νου, είναι σαν το πήγαιν᾽ έλα που περιγράφεται σ᾽ αυτούς τους στίχους. Μπορεί για μια στιγμή να θυμηθούμε ότι διαλογιζόμαστε, να εστιάσουμε το βλέμμα μας Εσωτερικά και να δούμε κάποια αναλαμπή Φωτός αλλά μετά οι σκέψεις μάς παρασύρουν ξανά κι αυτή η λάμψη χάνεται. Είναι σαν να προσπερνάμε ο ένας τον άλλον, σαν ένα πηγαινέλα. Μπορεί για μια στιγμή να θυμηθούμε ότι διαλογιζόμαστε,

να εστιάσουμε το βλέμμα μας Εσωτερικά και να δούμε κάποια αναλαμπή Φωτός, αλλά μετά οι σκέψεις μας παρασύρουν ξανά και αυτή η αναλαμπή χάνεται. Αυτό όμως δεν είναι ούτε καν αντάμωμα ούτε καν μια επιφανειακή συνάντηση, όπως το περιγράφει σε κάτι στίχους του ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ.

Αν επιθυμούμε να έχουμε μια αληθινή συνάντηση με το Διδάσκαλο μας, που να είναι ικανή να μας οδηγήσει στην Αγκαλιά του Κυρίου, τότε πρέπει να καθόμαστε για διαλογισμό σε κατάσταση δεκτικότητας. Πρέπει να κατασιγάσουμε τις σκέψεις μας και να εστιάζουμε το βλέμμα μας αδιάλειπτα και με Αγάπη σε ό,τι εμφανίζεται μπροστά στην Εσωτερική μας θέαση. Στην αρχή ενδέχεται να βλέπουμε σκοτάδι, το οποίο όμως στη συνέχεια δίνει τη θέση του σε φώτα από διάφορα χρώματα, μέχρι που τελικά βλέπουμε έναν έναστρο ουρανό. Ό,τι κι αν δούμε, θα πρέπει να συνεχίσουμε να κοιτάμε και να εστιάζουμε το βλέμμα μας στο κέντρο του. Αν καθόμαστε σαν να είμαστε άδειες κούπες που περιμένουν να χυθεί το νέκταρ μέσα τους, αν είμαστε ταπεινοί και γεμάτοι αγάπη και δεν έχουμε αρπακτική διάθεση, τότε θα έχουμε υιοθετήσει τη στάση που απαιτείται για να λάβουμε τη Χάρη του. Σ᾽ αυτήν την περίπτωση, όταν βλέπουμε κάποιο Φως ή όταν διασχίζουμε την Εσωτερική σελήνη ή τον ήλιο και έχουμε μια φευγαλέα ματιά της φωτεινής μορφής του Διδασκάλου Εσωτερικά, θα μεταφερθούμε πάνω από τη σωματική συνειδητότητα, μέσα στα βασίλεια του υπερπέραν. Το θείο Φως και η Ουράνια Μουσική θα συναρπάσουν την ψυχή μας και θα την πλημμυρίσουν με απερίγραπτη μακαριότητα, που θα μας διαποτίζει σε όλα τα επίπεδα. Η καρδιά και η ψυχή μας θα χορεύουν από έκσταση και θα πετάξουν από το φυσικό στα ανώτερα επίπεδα Εσωτερικά.

Αν μπορούμε να διαλογιζόμαστε σωστά και τακτικά θα βιώσουμε την εμπειρία της αληθινής καρδιάς με καρδιά και ψυχής με ψυχή συνάντησης με τον Αγαπημένο μας Εσωτερικά. Θα μαγευτούμε και θα μεταφερθούμε ολοένα και πιο υψηλά. Θα φτάσουμε σε μια κατάσταση όπου θα βυθιστούμε τελείως

μέσα στο Διδάσκαλο. Τότε δε θα υπάρχουν πια δυο καρδιές και δυο ψυχές. Θα υπάρχει μόνο μία. Ο εραστής και ο Αγαπημένος ενώνονται σε μια θεία ένωση. Μόλις η ψυχή συγχωνευτεί με το Διδάσκαλο, το επόμενο βήμα είναι να ταξιδέψουν μαζί, ενωμένοι πίσω στην Πηγή και να συγχωνευτούν με το Θεό. Αυτός είναι ο έσχατος στόχος του Πνευματικού Μονοπατιού. Τότε δε θα υπάρχει πια δυαδικότητα, δε θα υπάρχουν πια δύο. Θα υπάρχει μόνον ένας. Θα έχουμε συνενωθεί μ᾽ αυτόν τον Έναν και θα έχουμε φτάσει σε κατάσταση πανσυνειδητότητας, απόλυτου Φωτός και μακαριότητας. Όταν μετά το διαλογισμό επιστρέψουμε στη φυσική μας συνειδητότητα, θα κουβαλάμε συνεχώς μαζί μας αυτήν την αίσθηση της ενότητας. Η ζωή μας μετατρέπεται πλέον σε μια ζωή συνεχούς έκστασης και η Αγάπη ξεχύνεται από μέσα μας σε όλους όσους συναντάμε. Γινόμαστε εμείς οι ίδιοι πομποί Αγάπης και ακτινοβολούμε αυτή την Αγάπη και την μακαριότητα σε όλους γύρω μας.

Αν μπορούσαμε να βάλουμε σε πράξη το στίχο του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ και να αναπτύξουμε δεκτικότητα, θα ήμαστε σε συνεχή επικοινωνία με το Διδάσκαλο μας και με το Θεό. Θα ζούσαμε κάθε στιγμή σε μια κατάσταση επικοινωνίας καρδιάς με καρδιά και ψυχής με ψυχή, είτε βρισκόμαστε στη φυσική του παρουσία είτε καθόμαστε σε διαλογισμό. Κάθε στιγμή της ζωής μας θα είναι μια αληθινή συνάντηση μαζί του, μέχρι να φτάσουμε σε μια κατάσταση όπου πλέον δεν θα είμαστε χωρισμένοι απ᾽ Αυτόν. Μια αληθινή συνάντηση είναι εκείνη όπου δεν υπάρχουν πια δύο. Είναι η συνάντηση του ενός. Προσεύχομαι ο καθένας μας να φτάσει σ᾽ αυτήν την κατάσταση το ταχύτερο δυνατό και να βιώσει την εμπειρία της θείας μακαριότητας που μας περιμένει όλους Εσωτερικά.



23. Το μυστικό της Αγάπης

Πολλοί από τους στίχους που έγραψε ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ απεικονίζουν τη σχέση ανάμεσα στον Πνευματικό Διδάσκαλο και τον αφοσιωμένο του μαθητή, στη διάρκεια του Πνευματικού ταξιδιού. Είναι μια σχέση μοναδική, που μπορεί να προσλάβει ποικίλα χρώματα και αποχρώσεις. Μπορεί να συγκριθεί με τη σχέση ανάμεσα σ᾽ έναν καθηγητή και το μαθητή του, ένα γονιό και το παιδί του, ένα μεγάλο αδελφό και το μικρότερο αδελφάκι του. Στο μυστικισμό, μια από τις πιο γνωστές παρομοιώσεις είναι εκείνη μεταξύ της νύφης και του Αγαπημένου. Αυτή η σχέση ανάμεσα στο Διδάσκαλο και στο μαθητή του, εκφράζεται στους παρακάτω στίχους του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ:

«Η νυχτοπεταλούδα έμεινε άφωνη κι η φλόγα σιωπηλή.
Σ᾽ ολόκληρη την πλάση υπήρχαν μόνο δύο
που γνώριζαν το μυστικό». (ο Διδάσκαλος και ο μαθητής).

Αυτός ο συμβολισμός είναι πολύ παραστατικός και μας δίνει μια βαθιά Πνευματική αλήθεια. Άπτεται τόσο της εξωτερικής σχέσης Διδασκάλου-μαθητή, όσο και της Εσωτερικής. Αναφέρεται σε μια Αγάπη πολύ προσωπική κι όμως την ίδια στιγμή μια Αγάπη παγκόσμια. Είναι μια τόσο ειδική μορφή Αγάπης, που μόνον ο μαθητής που τη δέχεται ξέρει γι᾽ αυτήν. Και είναι παράδοξο ότι ο κάθε μαθητής ενός Διδασκάλου, έχει την ίδια ακριβώς προσωπική εμπειρία της Αγάπης του. Ερευνώντας τις ποικίλες Πνευματικές αλήθειες που ενυπάρχουν σ᾽ αυτούς τους στίχους, επιχειρούμε να κατανοήσουμε αυτό που είναι πέρα από την ανθρώπινη νόηση. Ως άνθρωποι, το μυαλό μας πάντα προσπαθεί να βγάλει κάποιο νόημα στο επίπεδο της διάνοιας. Όμως, η Πνευματικότητα και ο μυστικισμός πηγαίνουν πέρα από τη σφαίρα της διάνοιας. Η φύση της Πνευματικότητας και των Πνευματικών Διδασκάλων υπερβαίνουν την ανθρώπινη νόηση και το καλύτερο που μπορούμε

να κάνουμε, στην προσπάθεια να ικανοποιήσουμε το νου μας, είναι να χρησιμοποιήσουμε παρομοιώσεις και παραδείγματα. Η αληθινή όμως κατανόηση έρχεται στο επίπεδο της ψυχής καθώς η αληθινή μυστικιστική εμπειρία βιώνεται στο επίπεδο της ψυχής μας.

Η εμπειρία της Αγάπης που βιώνει ο μαθητής

Μια όψη της Πνευματικότητας, που αυτοί οι στίχοι προσπαθούν να μας μεταφέρουν, είναι η Αγάπη μεταξύ Διδασκάλου και μαθητή. Είναι μια Αγάπη που ρέει από μάτια σε μάτια, από καρδιά σε καρδιά και από ψυχή σε ψυχή. Ένας αληθινός Διδάσκαλος είναι η ενσάρκωση της Αγάπης του Θεού. Η συνειδητότητα του έχει συγχωνευτεί με τον Ωκεανό της Αγάπης. Λέγεται ότι τα μάτια είναι τα παράθυρα της ψυχής, γι' αυτό όταν κοιτάμε μέσα στα μάτια αυτού του Φωτισμένου Όντος, κοιτάμε μέσα σε μια απέραντης αιωνιότητας Αγάπη. Η ψυχή μέσα μας είναι Αγάπη σε λανθάνουσα μορφή, καλυμμένη από πέπλα ψευδαίσθησης και απατηλότητας. Όταν όμως τα μάτια της Αγάπης συναντήσουν τα μάτια του μαθητή, η ψυχή του μαθητή απορροφάει κάθε σπίθα θείας Αγάπης που ρέει προς το μέρος της. Η ψυχή αναγνωρίζει τη θεία φύση της και αρχίζει να ξυπνάει. Τη στιγμή της συνάντησης, η ψυχή ξαναθυμάται την καταγωγή της και η λαχτάρα να επιστρέψει ξανά στον Ωκεανό της Αγάπης απ' όπου προήλθε μεγαλώνει μέσα της. Αυτή η επιθυμία να επιστρέψει στην Πηγή της όλο και φουντώνει, μέχρι που τελικά παρακινεί το νου, που με τη σειρά του παρακινεί το σώμα, και ο άνθρωπος αρχίζει να κάνει βήματα προς την κατεύθυνση του Θεού. Αρχίζουμε να αναζητάμε ένα δρόμο για να επιστρέψουμε στο αληθινό μας Σπίτι. Η ψυχή, ο νους και η καρδιά μας, ενεργούν τότε ενωμένα, για να εκπληρώσουν την αναζήτηση αυτού που κάποτε έχασαν.

Ένα είδος αυθόρμητης ανάφλεξης πραγματοποιείται όταν

ο μαθητής βρίσκεται στην παρουσία ενός Πνευματικού Διδασκάλου. Η ψυχή του αφυπνίζεται και ολόκληρη η ύπαρξή του πλημμυρίζει από το νέκταρ της Αγάπης Του. Η νυχτοπεταλούδα, που αντιπροσωπεύει το μαθητή, μένει άφωνη, ολοκληρωτικά συγκλονισμένη απ᾽ αυτήν την εμπειρία της Αγάπης, που είναι πιο βαθιά και ουσιαστική απ᾽ οποιαδήποτε μορφή Αγάπης πάνω στη γη. Δεν είναι μια Αγάπη που την αισθανόμαστε με την καρδιά μας. Δεν είναι μια Αγάπη που υποδαυλίζει αισθήματα λαγνείας. Είναι μια Αγάπη αγνή, που εμποτίζει την ψυχή με βαθιά πληρότητα, ζευγαρωμένη με μια ανώτερη αίσθηση έκστασης. Είναι μια Αγάπη στην οποία η μακαριότητα της ψυχής διαρκώς αυξάνεται και επεκτείνεται. Νιώθουμε σαν να πετάμε ψηλά, με υπερηχητική ταχύτητα, μέσα σ᾽ ένα βασίλειο ολοκληρωτικής Αγάπης και μακαριότητας. Νιώθουμε τον εαυτό μας να διευρύνεται σε κάτι μεγαλειώδες. Όταν βιώσουμε αυτή την εμπειρία για πρώτη φορά, είναι τόσο συγκλονιστική, που δεν μπορούμε καν να αντέξουμε τόση έκσταση που μας φέρνει. Μπορεί ακόμα και να φωνάξουμε στον Αγαπημένο μας, ότι δεν αντέχουμε τόση ευδαιμονία. Καθώς όμως τη βιώνουμε ξανά και ξανά, η ικανότητά μας να πίνουμε από τον Ωκεανό της μακαριότητας διαρκώς αυξάνει.

Όποιος δοκιμάζει αυτή τη μακαριότητα, ακόμη και στα πρωταρχικά της στάδια, αυτοπαραδίνεται στον Κύριο με μια αίσθηση θαυμασμού του Θεϊκού μεγαλείου. Καταλαβαίνει λοιπόν κανείς τι θα πει να βιώνει συνέχεια την εμπειρία της αυξανόμενης μακαριότητας και μέθης σε καθένα από τα διαδοχικώς όλο και υψηλότερα Πνευματικά επίπεδα που θα εισέρχεται, μέχρι να γίνει ένα με το Θεό, την Ίδια την απέραντη μακαριότητα.

Η ομορφιά αυτής της εμπειρίας είναι ότι μπορεί να την έχει κανείς μέσα σ᾽ ένα πλήθος εκατοντάδων ή χιλιάδων ανθρώπων και κανείς άλλος να μην ξέρει τι συμβαίνει. Μπορεί να στεκόμαστε μέσα στο πλήθος ή να καθόμαστε σ᾽ ένα Σάτσανγκ και να δεχόμαστε τη "*ντάρσαν*" δηλαδή τη μεθυστική ματιά του Διδασκάλου. Μπορεί να δεχτούμε τη ματιά του για κλάσματα του δευτερολέπτου ή μπορεί να εισπράττουμε την

παρατεταμένη "*ντάρσαν*" του για μισό λεπτό ή για ατέλειωτα λεπτά. Μπορεί τα μάτια μας να βλέπουν τον Πνευματικό Διδάσκαλο να ρίχνει το βλέμμα του επίμονα σε όλο το πλήθος των μαθητών του αλλά η αγάπη που ρέει από το Διδάσκαλο προς το μαθητή είναι αδιόρατη για όλους τους άλλους.

Όπως λέει ο στίχος: «*Σ᾽ ολόκληρη την πλάση υπήρχαν μόνο δύο που γνώριζαν το μυστικό*». Έτσι εν αγνοία χιλιάδων άλλων ατόμων που μπορεί να παρευρίσκονται, ο μαθητής μπορεί να δεχθεί μια ματιά Αγάπης που να ανυψώσει την ψυχή του στους ουρανούς. Εν αγνοία των άλλων, ο μαθητής μπορεί να λούζεται στον ποταμό της Αγάπης, που ξεχειλίζει από τα μάτια του Διδασκάλου ή και να εγκαταλείπει το φυσικό του σώμα και να πετάει στο υπερπέραν.

Η πιο καταπληκτική ιδιότητα αυτής της μορφής Αγάπης είναι ότι κάθε άτομο μέσα στη συγκέντρωση μπορεί να βιώνει αυτή την Αγάπη την ίδια στιγμή, χωρίς να γνωρίζει ότι το ίδιο μπορεί να συμβαίνει και στον διπλανό του ταυτόχρονα. Κάθε άτομο μέσα στο πλήθος δέχεται μια ματιά. Κάθε άτομο δέχεται αυτά τα αργά, παρατεταμένα βλέμματα, όταν τα μάτια του συναντάνε τα μάτια του Διδασκάλου. Μπορεί να συμβεί με μια στιγμιαία ματιά ή για κάποιους απαιτείται μια πιο παρατεταμένη συνάντηση των ματιών, ώστε να δοθεί η ευκαιρία σ᾽ αυτό το ρεύμα να χυθεί από τα μάτια του Διδασκάλου και να απορροφηθεί μέσα στα μάτια, τα «κύπελλα» των μαθητών, που καρτερούν γι᾽ αυτήν. Όταν το βλέμμα Του αγγίζει την ψυχή, ο καθένας μουσκεύει με μια μεθυστική ενέργεια που τον ανυψώνει και από το βαθύ ύπνο τον οδηγεί στην Πνευματική αφύπνιση. Ανυψώνεται η ψυχή μέχρι το σημείο από το οποίο αισθάνεται να εκτοξεύεται στο υπερπέραν. Καθώς η ματιά του Πνευματικού Ειδήμονα ή Θείου Οινοχόου, κατά μία ποιητική έκφραση περιφέρεται μέσα στα πλήθη, παρακινεί κάθε ψυχή να ξυπνήσει. Ξεχειλίζει κάθε κούπα με το γλυκό κρασί της μεθυστικής Αγάπης και ο καθένας μπορεί να πιει όσο βαστάει η καρδιά του. Η ποσότητα όμως που πίνει ο καθένας εξαρτάται πάντα από τη δεκτικότητά του.

Η δεκτικότητά μας στην Πνευματική Αγάπη

Η ικανότητά μας να πίνουμε το Θείο νέκταρ, εξαρτάται από τον αριθμό των σκεπασμάτων ή καλυμμάτων που υπάρχουν πάνω από την κούπα μας, εμποδίζοντας έτσι το ρεύμα της Χάρης να τη γεμίσει. Αυτά τα καλύμματα είναι οι σκέψεις και τα συναισθήματά μας, που εμποδίζουν το κρασί της Πνευματικότητας να διεισδύσει στην ψυχή μας. Αν σκεφτόμαστε τα προβλήματά μας ή σκεφτόμαστε το παρελθόν και το μέλλον τη στιγμή που μια ματιά Του στρέφεται προς το μέρος μας, τότε ενδέχεται να μη βιώσουμε την εμπειρία αυτής της ματιάς στην πλήρη της δύναμη. Παρόλα αυτά είτε το αναγνωρίζουμε αυτό είτε όχι, υπάρχει μεγάλο όφελος στο να δεχόμαστε τη ματιά ενός Πνευματικού Διδασκάλου, γιατί αυτή είναι ένας πανίσχυρος εξαγνιστικός παράγοντας, που διαπερνά τη βρωμιά του εξωτερικού καλύμματος της ψυχής. Επειδή όμως πολλές φορές το πάχος των καλυμμάτων της ψυχής είναι μεγάλο, ενδέχεται να απαιτηθεί περισσότερος χρόνος για να μπορέσει η ματιά Του να διεισδύσει τόσο βαθιά, ώστε να βιώσουμε την εμπειρία της στην πληρότητά της. Μπορούμε ωστόσο να επιταχύνουμε τη διαδικασία της διείσδυσης, με την προσπάθεια μας να εξαλείψουμε τους παράγοντες που επιτρέπουν σ' αυτά τα καλύμματα να στέκονται εμπόδιο ανάμεσα στην ψυχή μας και στην Πηγή της Αγάπης. Με τη βοήθεια που μας προσφέρει η Χάρη του Διδασκάλου, σε συνδυασμό με τις δικές μας προσπάθειες, μπορούμε να ελέγξουμε το νου μας και να αναπτύξουμε δεκτικότητα. Αν καθόμαστε μπροστά στο Διδάσκαλο με ανοιχτό και καθαρό μυαλό σαν του μικρού παιδιού και χωρίς σκέψεις, θα μπορέσουμε να λάβουμε το πλήρες όφελος της ματιάς του Διδασκάλου.

Η Χάρη είναι δεδομένη, αλλά θα πρέπει να καταβάλλουμε και εμείς κάποια προσπάθεια. Ο Σαντ Κιρπάλ Σινγκ επανειλημμένα μας έλεγε: «*Αυτή είναι η δικιά σας δουλειά. Κανείς δεν μπορεί να διαλογίζεται στη θέση σας. Πρέπει να το κάνετε μόνοι σας. Δεν μπορώ να διαλογίζομαι εγώ για σας.*

Εσείς πρέπει να το κάνετε». Ένας Πνευματικός Διδάσκαλος μπορεί να μας δώσει τις καθοδηγήσεις, την ώθηση, το αρχικό κεφάλαιο για να αρχίσουμε και το σπουδαιότερο, απεριόριστη Χάρη. Θα πρέπει όμως κι εμείς να είμαστε δεκτικοί. Εμείς αποφασίζουμε αν θα δεχθούμε τις ηλιαχτίδες που μας φωτίζουν ή αν θα κρατήσουμε κλειστές τις βαριές κουρτίνες, που εμποδίζουν το Φως να φτάσει στα μάτια μας.

Για να πάρουμε τη σωστή απόφαση, πρέπει να έχουμε ορθή κατανόηση. Η διάνοιά μας χρειάζεται πρώτα να καταλάβει θεωρητικά τι είναι δεκτικότητα και στη συνέχεια η ψυχή, ο νους και το σώμα θα πρέπει να συνεργαστούν με ηρεμία και να βάλουν σε εφαρμογή τις προϋποθέσεις που απαιτούνται για την ανάπτυξη της δεκτικότητας. Τέτοιες προϋποθέσεις είναι, α) το σώμα να παραμένει ακίνητο την ώρα του διαλογισμού, β) να παρακολουθούμε το Σάτσανγκ, γ) ο νους να παραμένει ήρεμος, για να μπορεί να δεχθεί τη Χάρη της ματιάς του Διδασκάλου και δ) η ψυχή να είναι ανοιχτή και έτοιμη να λάβει αυτή την ευλογία. Σε τελική ανάλυση η επιλογή είναι στα χέρια μας.

Πνευματική Αγάπη Διδασκάλου και μαθητή

Σε μια συγκέντρωση που γίνεται στην παρουσία του Διδασκάλου κανείς δε γνωρίζει σε ποιο βαθμό καθεένας από τους παρευρισκομένους ωφελείται από τη ματιά του Διδασκάλου. Κανείς δε γνωρίζει ποιος έχει την ωφέλεια της ματιάς του Διδασκάλου στην πληρότητά της και ποιος όχι. Κάποιοι ενδεχομένως μόλις να αφυπνίζονται, την ίδια στιγμή που κάποιοι άλλοι εγκαταλείπουν πλήρως το σώμα τους και πετούν στα Εσωτερικά επίπεδα. Το μόνο που μπορούμε να ξέρουμε είναι το τι βιώνουμε εμείς οι ίδιοι. Αν πραγματικά επιθυμούμε να είμαστε σε μια κατάσταση που να μπορούμε να μοιραστούμε το μυστικό της Αγάπης με τον Αγαπημένο μας, πρέπει εμείς πρώτα απ᾽ όλα να είμαστε δεκτικοί. Οφείλουμε να είμαστε όπως η

νυχτοπεταλούδα, η οποία αισθάνεται τόσο μεγάλη έλξη για το φως του κεριού ώστε πετάει ίσια κατά πάνω του μέχρι που συχνά καίγεται από τη φλόγα του. Χρειάζεται να βυθιστούμε μέσα στη ματιά Του, όπως η νυχτοπεταλούδα βουτάει μέσα στη φλόγα. Θα πρέπει να αφήσουμε τη ματιά Του να μας κατακλύσει και να μας περιβάλει, μέχρι εμείς οι ίδιοι να γίνουμε ένα με την ακτινοβολία που εκπέμπει.

Αυτή την εμπειρία μπορεί να την βιώσει κάθε άτομο και παρέχεται πλουσιοπάροχα στον καθένα όταν βρίσκεται στην παρουσία ενός Πνευματικού Διδασκάλου. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μιλάει για το μέγεθος της Χάρης του Διδασκάλου, που φθάνει στο σημείο, ο καθένας να νιώθει ότι εκείνον ο Διδάσκαλος τον αγαπάει πιο πολύ από όλους τους παρευρισκομένους. Πάνω σ' αυτό το θέμα υπάρχει ένα περιστατικό σε μια τάξη μαθητών που είχαν σχεδιάσει να ξανασυναντηθούν είκοσι χρόνια μετά την αποφοίτησή τους. Όλοι ήταν μαθητές στην ίδια τάξη, αλλά δεν είχαν συναντηθεί μεταξύ τους επί δυο δεκαετίες. Όταν λοιπόν συναντήθηκαν, άρχισαν να αναπολούν διάφορα γεγονότα και θυμήθηκαν και τη δασκάλα της τάξης τους. Ένας μαθητής παρατήρησε ότι ήταν ο πιο αγαπημένος και ο πιο χαϊδεμένος της και σύμφωνα με την άποψή του, η δασκάλα τού είχε ιδιαίτερη αδυναμία. Μια άλλη μαθήτρια έμεινε έκπληκτη και διαφώνησε με τον πρώτο μαθητή, λέγοντας ότι κατά τη γνώμη της εκείνη ήταν η πιο αγαπημένη τής δασκάλας. Όταν και οι υπόλοιποι άκουσαν τη συζήτησή τους, άρχισε ο καθένας με τη σειρά του να παρεμβαίνει, υποστηρίζοντας ότι εκείνος ή εκείνη ήταν στην πραγματικότητα ο αγαπημένος τής δασκάλας. Τελικά έφτασαν στο συμπέρασμα ότι η δασκάλα αυτή είχε την εξαιρετική ικανότητα να κάνει κάθε μαθητή να νιώθει ξεχωριστός και ιδιαίτερα αγαπητός και αυτό είναι το χαρακτηριστικό όχι μόνον ενός καλού δασκάλου στο φυσικό κόσμο, αλλά κι ένα βασικό χαρακτηριστικό ενός Πνευματικού Διδασκάλου.

Είναι βασικός νόμος της Πνευματικότητας ο Διδάσκαλος να αγαπάει κάθε μαθητή του στο μέγιστο βαθμό. Πώς είναι

δυνατό κάτι τέτοιο; Είναι δυνατό γιατί είναι μια Αγάπη που δεν έρχεται από τη φυσική υπόσταση του Διδασκάλου. Είναι η Αγάπη του Θεού που ακτινοβολείται από το "δοχείο" (*το σώμα*) του Διδασκάλου προς την "κούπα" δηλαδή τον κάθε μαθητή. Η φυσική μορφή του Διδασκάλου δεν είναι τίποτα άλλο παρά ένας σταθμός μετάδοσης αυτής της Αγάπης. Καθώς ο Θεός είναι μέσα στον καθέναν από μας και είναι ο Δημιουργός τού καθενός μας, η Αγάπη του για τον καθένα μας είναι αιώνια. Εσωτερικά είναι μαζί με τον καθένα μας. Μέχρι να αναπτύξουμε τη δυνατότητα να μπαίνουμε μέσα μας και να βιώνουμε αυτήν την εμπειρία, εμείς οι ίδιοι, χρειαζόμαστε τη Χάρη της φυσικής μορφής του Διδασκάλου, που την ακτινοβολεί σ' εμάς μέσω των ματιών και της παρουσίας του. Αυτή η Χάρη μάς οδηγεί τότε στο δεύτερο στάδιο της Πνευματικότητας, που είναι η μυστική συνάντηση του εραστή με τον Αγαπημένο, είναι η συνάντηση με το Διδάσκαλο που πραγματοποιείται μέσα μας κατά τη διάρκεια του διαλογισμού.

Εμπειρίες στο διαλογισμό

Η Εσωτερική ζωή είναι προσωπικό βίωμα του κάθε μαθητή. Ακριβώς όπως το αποτέλεσμα το οποίο προκύπτει από ένα βλέμμα του Διδασκάλου που μπορεί να δεχθούμε, είναι ένα μυστικό ανάμεσα σε μας και σ' Αυτόν, έτσι και η εμπειρία του διαλογισμού είναι ένα μυστικό ανάμεσα στο μαθητή και τη Δύναμη του Θεού μέσα μας. Όπως η νυχτοπεταλούδα πετάει μέσα στη φλόγα του κεριού και χάνεται, έτσι και το βλέμμα μας όταν πέσει και χαθεί μέσα στα μάτια του Διδασκάλου κάνει την ψυχή μας να βουτάει και να λούζεται μέσα στο Εσωτερικό Φως, την ώρα του διαλογισμού.

Το Πνευματικό ταξίδι είναι ένα και υπάρχουν καθορισμένα οδηγά σημεία, καθορισμένα στάδια μέσα από τα οποία περνάει ο καθένας που επιστρέφει πίσω στην Πηγή. Αφού λοιπόν αυτά τα στάδια είναι τα ίδια, τότε πώς γίνεται κάθε Εσωτερική

εμπειρία να διαφέρει από το ένα άτομο στο άλλο; Ο Διδάσκαλος δίνει τις οδηγίες του διαλογισμού στο Θείο Ήχο και το Θείο Φως καθώς και τις οδηγίες μύησης σε χιλιάδες ανθρώπους. Η μέθοδος είναι επιστημονική και εφόσον ακολουθηθεί με ακρίβεια, τα αποτελέσματα είναι σίγουρα και βέβαια. Εντούτοις, κάθε μαθητής τουΔιδασκάλου μπορεί να έχει διαφορετικές εμπειρίες. Ο καθένας μπορεί να βλέπει Εσωτερικά διαφορετικού χρώματος φώτα ή μια ολόκληρη ποικιλία άλλων Εσωτερικών εκδηλώσεων. Υπάρχουν πολυποίκιλες και διαρκώς μεταβαλλόμενες δυνατότητες στην πορεία. Άλλος μπορεί να βλέπει κόκκινο φως, την ώρα που άλλοι βλέπουν μπλε φως και άλλοι γαλάζιο ή λευκό. Μερικοί μπορεί να βλέπουν αστέρια και άλλοι να βλέπουν το Εσωτερικό φεγγάρι. Ακόμα και το όραμα της Ακτινοβόλου (*Αστρικής*) μορφής του Διδασκάλου ποικίλει από το ένα άτομο στο άλλο, ακόμα και από τη μία μέρα στην άλλη. Οι μυημένοι του Χαζούρ μπορεί να δουν τη Διδάσκαλο Δύναμη να εκδηλώνεται με τη μορφή του Χαζούρ. Οι μυημένοι του Σαντ Κιρπάλ Σινγκ μπορεί να δουν τη Διδάσκαλο Δύναμη με τη μορφή του Σαντ Κιρπάλ και οι μυημένοι του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μπορεί να δουν ένα ή και τους τρεις μεγάλους Διδασκάλους ταυτόχρονα. Κάποια φορά μπορεί να δούνε την Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου με το τουρμπάνι του και κάποια άλλη φορά μπορεί να τους εμφανιστεί χωρίς τουρμπάνι. Το Εσωτερικό όραμα δεν είναι μια στερεότυπη φωτογραφία. Είναι μια ζωντανή εμπειρία τής πραγματικότητας. Όπως οι εξωτερικές μας συναντήσεις με τους ανθρώπους ποικίλουν από μέρα σε μέρα, έτσι και οι Εσωτερικές συναντήσεις μας με το Διδάσκαλο είναι πλούσιες και ποικίλες. Μπορεί να μας μιλάει για ένα πράγμα τη μια μέρα και για κάτι διαφορετικό την επόμενη. Μπορεί να μας πάει στο Αστρικό επίπεδο τη μια μέρα και στο Αιτιατό την επόμενη. Μπορεί να παραλείψει όλα τα στάδια και να μας πάει κατευθείαν στο Σατς Καντ. Η εμπειρία είναι ανάμεσα στο Διδάσκαλο και το μαθητή. Οτιδήποτε επιθυμεί να δείξει ο Διδάσκαλος στο μαθητή εναπόκειται ολοκληρωτικά στη δικιά του θέληση να το κάνει.

Τα Εσωτερικά βασίλεια είναι απέραντα. Μπορεί ο Διδάσκαλος να πηγαίνει ένα άτομο σε μια εσωτερική Περιοχή και σ' ένα άλλο άτομο μπορεί να δείχνει μια άλλη Περιοχή. Αυτός είναι άλλωστε και ένας από τους λόγους που η περιγραφή των Εσωτερικών βασιλείων μπορεί να παραπλανήσει τους ταξιδιώτες του Εσωτερικού διαστήματος. Αν περιγράφουμε κάποιο μέρος, μπορεί να είναι διαφορετικό από κάποιο άλλο μέρος που ένα άλλο άτομο επισκέπτεται Εσωτερικά. Και οι δυο μπορεί να μη συνειδητοποιούν ότι ταξιδεύουν στην ίδια Περιοχή. Γι' αυτό το λόγο οι Διδάσκαλοι, όταν περιγράφουν τα Εσωτερικά επίπεδα, επικεντρώνονται στα κοινά χαρακτηριστικά του κάθε Επιπέδου, που είναι το Φως της περιοχής και ο Ήχος αυτού του επιπέδου. Αυτή η αλήθεια αποτυπώνεται πολύ ωραία στην ιστορία των πέντε τυφλών και του ελέφαντα.

Έφεραν κάποτε πέντε τυφλούς ανθρώπους μπροστά σ' έναν ελέφαντα και τους ζήτησαν να περιγράψουν την εμπειρία τους. Ο πρώτος άρπαξε την προβοσκίδα του ελέφαντα και περιέγραψε τον ελέφαντα σαν να ήταν φίδι. Ένας άλλος τυφλός οδηγήθηκε να αγγίξει το πόδι του ελέφαντα και τον περιέγραψε σαν δέντρο. Ο τρίτος κατευθύνθηκε να πιάσει την ουρά του ελέφαντα και τον περιέγραψε σαν χοντρό καλώδιο. Ο τέταρτος άνθρωπος έπιασε τους χαυλιόδοντες του ελέφαντα και τον περιέγραψε σαν όπλο. Ο πέμπτος άνθρωπος έπιασε το αυτί του ελέφαντα και τον περιέγραψε σαν ένα μεγάλο πλατύφυλλο φυτό. Στο τέλος ο καθένας άρχισε να τσακώνεται με τους άλλους για το πώς είναι ο ελέφαντας και τους κατηγορούσε ότι δεν ήξεραν τι έλεγαν. Καθένας τους ήταν τόσο σταθερός σ' αυτό που πίστευε όσο και ο επόμενος, εξαιτίας της σιγουριάς που τους έδινε το γεγονός ότι έπιασαν με τα χέρια τους τον ελέφαντα. Όλοι είχαν δίκιο περιγράφοντας την εμπειρία τους αλλά το πρόβλημα προέκυψε από το ότι ο καθένας είχε την εμπειρία μόνον ενός μέρους του ελέφαντα και δεν είχε την ολοκληρωμένη εικόνα του.

Το ίδιο συμβαίνει και με τις Εσωτερικές εμπειρίες. Κάθε φορά που διαλογιζόμαστε βιώνουμε την εμπειρία μόνον ενός

μικρού μέρους από ένα πάνθεον εμπειριών. Μπορούμε να δούμε φευγαλέα ένα μέρος από κάποια Περιοχή, αλλά δε συνειδητοποιούμε ότι υπάρχουν και πολλά άλλα μέρη σε αυτή την Περιοχή. Οτιδήποτε βιώνουμε περιορίζεται ανάμεσα σ' εμάς και στο Διδάσκαλό μας, είναι ένα μυστικό ανάμεσα στον εραστή και στον Αγαπημένο.

Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, θα πρέπει να φλεγόμαστε από την επιθυμία να συναντήσουμε τον Αγαπημένο μέσα μας. Θα πρέπει να νιώθουμε τέτοια έλξη για το Εσωτερικό Φως και την Ακτινοβόλο του μορφή που μας περιμένει Εσωτερικά, ώστε χωρίς χρονοτριβή με πόθο να βυθιστούμε στο διαλογισμό όπως η νυχτοπεταλούδα ορμάει μέσα στη φλόγα. Όταν αγναντεύουμε Εσωτερικά τις μακρινές θέες που πλησιάζουν και έρχονται μπροστά μας και όταν τελικά ανοίγουν και εμφανίζεται μπρος στα μάτια μας η Ακτινοβόλος μορφή του Διδασκάλου, θα πρέπει να βουτήξουμε μέσα της και να χαθούμε μέσα στη γοητεία της Αγάπης του. Θα μείνουμε άφωνοι από τη γοητεία και θα έχουμε χάσει τη λαλιά όχι γιατί δεν λειτουργούν οι φωνητικές μας χορδές κατά το διαλογισμό αλλά από ευδαιμονία. Μένουμε άφωνοι γιατί σωπαίνουν ακόμα και οι σκέψεις μας και μετουσιωνόμαστε σε αγνή επίγνωση, αγνή συνειδητότητα και απόλυτη γνώση, χωρίς λόγια και σκέψεις.

Σε μια ομάδα ανθρώπων που διαλογίζονται κανείς δε γνωρίζει ποιος έχει εμπειρίες και τι είδους εμπειρίες έχει. Θα πρέπει να ενδιαφερόμαστε μόνο για την εμπειρία που εμείς βιώνουμε στη διάρκεια του διαλογισμού μας. Η πρόοδός μας εξαρτάται εν μέρει από τη θεία Χάρη και εν μέρει από τις δικές μας προσπάθειες και ακόμα από το κατά πόσο είμαστε δεκτικοί. Όταν καθόμαστε σε διαλογισμό, θα πρέπει να καθαρίζουμε το μυαλό μας από κάθε σκέψη που μας αποσπά. Θα πρέπει η προσήλωση ολόκληρης της ύπαρξής μας να είναι στραμμένη σε σιωπηλή αναμονή της εμφάνισης του Εσωτερικού Φωτός, που ενδέχεται να εκδηλωθεί μπροστά μας με τη μορφή πολύχρωμων φώτων, Εσωτερικών άστρων, φεγγαριού ή ήλιου ή με τη μορφή της λαμπρής ακτινοβολίας του Διδασκάλου μέσα

μας. Τότε θα πρέπει χωρίς χρονοτριβή να ορμήσουμε και να χαθούμε μέσα σε αυτή τη μορφή, όπως η νυχτοπεταλούδα που έλκεται από το φως της φλόγας που τελικά την καίει. Όταν ενωθούμε με αυτή τη μορφή, θα γίνουμε ένα με το Φως και τελικά ένα με το Θεό.



24. Όποτε θυμάμαι το μεθυσμένο Οινοχόο

Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ έχει αναγνωριστεί σαν ένας από τους μεγαλύτερους μυστικιστές ποιητές της εποχής μας. Οι στίχοι και τα πεζά του κείμενα μεταφέρουν τόση θεία δύναμη που είναι ικανά να παρασύρουν τη ψυχή μας, κι από τις αλυσίδες της αιχμαλωσίας της φυσικής μας ύπαρξης, να την κάνουν να πετάξει στους Πνευματικούς ουρανούς της μακαριότητας. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ δεν ήταν μόνο ένας Διδάσκαλος, «Master» της Πνευματικότητας, αλλά ο ίδιος ήταν και υπόδειγμα, «master» αφοσίωσης στο δικό του Διδάσκαλο.

Γνώριζε τι θα πει να είσαι αφοσιωμένος σε ένα Διδάσκαλο και είχε βιώσει τις αγωνίες του αποχωρισμού αλλά και την έκσταση της ένωσης μαζί του. Στον καιρό του, γνώριζε όλες τις όψεις της ζωής ενός αφοσιωμένου μαθητή και μπορούσε πολύ γλαφυρά να τις εκφράσει μέσα από τους στίχους του.

Διαβάζοντας την ποίησή του, βλέπουμε ολόκληρη τη ζωή ενός αφοσιωμένου μύστη. Βλέπουμε τη λαχτάρα του να είναι με τον Αγαπημένο και βλέπουμε τη μέθη που ένιωθε όταν Εκείνος του δώριζε την ευλογία της ένωσης μαζί Του. Ας απολαύσουμε λοιπόν τρεις στροφές από ένα του ποίημα του κι ας αναλύσουμε το νόημά τους.

«Όποτε θυμάμαι το μεθυσμένο Οινοχόο,
Η μέθη του διαπερνά κάθε φλέβα του σώματός μου».

Με αυτούς τους στίχους ο ποιητής εκφράζει τα ακριβή συναισθήματα ενός αληθινού μαθητή. Τι συγκίνηση αλήθεια να καθόμαστε στην ενθύμηση του Πνευματικού Οινοχόου και να αναπολούμε τη γοητεία, τη Χάρη και την Αγάπη του! Όλοι όσοι συνάντησαν το Διδάσκαλο της εποχής τους, μπορούν και απολαμβάνουν τις αναμνήσεις τους από το άγγιγμα της Αγάπης του. Μπορεί να ήταν μια ματιά που διείσδυσε μέχρι τα βάθη της ψυχής τους. Μπορεί να ήταν ένα φιλικό χτύπημα στο κεφάλι, στην πλάτη ή στον ώμο. Μπορεί να ήταν ένα στοργι-

κό αγκάλιασμα. Μπορεί να ήταν τα λόγια του που εμπνέουν ζωή, που αγγίζουν την καρδιά μας και κάνουν το πνεύμα μας να φτερουγίσει ψηλά. Μπορεί να ήταν η συμπόνια του, όταν πηγαίναμε σ᾽ εκείνον με κάποιο σοβαρό πρόβλημα. Όποια και να ήταν η κατάστασή μας όταν συναντούσαμε το Διδάσκαλο, την ώρα που φεύγαμε, νιώθαμε σαν να είχε ανακουφίσει την καρδιά μας και να είχε γαληνέψει την ψυχή μας.

Αν προσέξουμε αυτή τη στροφή, μιλάει για τον "μεθυσμένο Οινοχόο". Συνήθως σκεφτόμαστε ότι μεθυσμένοι είναι εκείνοι που πίνουν το νέκταρ της Αγάπης του. Εδώ όμως λέει ότι ο Οινοχόος δηλαδή ο ίδιος ο Διδάσκαλος είναι μεθυσμένος. Αυτό είναι ένα πολύ λεπτό σημείο. Ο ίδιος ο Οινοχόος δεν είναι ξεμέθυστος, δεν είναι νηφάλιος, αλλά είναι κι εκείνος μεθυσμένος από το κρασί της Αγάπης του Θεού. Έχει μεθύσει με το νέκταρ του θείου Λόγου, δηλαδή του Θείου Φωτός και της Μουσικής των Σφαιρών.

Μόνον κάποιος που ξεχειλίζει από νέκταρ μπορεί να το μοιραστεί και με άλλους. Αυτό που μοιράζεται μαζί μας είναι η ίδια η Πηγή της μέθης. Αυτός ο ίδιος είναι ένα με τον Ωκεανό του Νάαμ. Ο ίδιος είναι και ο Οινοχόος και η Ταβέρνα. Αυτό το νέκταρ ξεχειλίζει από τα πλημμυρισμένα με μακαριότητα μάτια του, από τα γλυκά και γεμάτα Αγάπη λόγια του και από τη θεία ακτινοβολία του.

Σ᾽ αυτήν τη στροφή μάς λέει ότι δε δεχόμαστε τη μέθη, από την παρουσία του αλλά ότι μπορούμε να πιούμε απ᾽ αυτήν ακόμα κι αν καθόμαστε στη γλυκιά του ενθύμηση. Είναι τόσο μαγευτικό το κρασί που μας κερνάει, ώστε ακόμα και μόνον η ανάμνησή του μας προκαλεί έκσταση. Όταν εμείς οι μαθητές του καθόμαστε μαζί και μοιραζόμαστε τις δικές μας ιστορίες Αγάπης, περνάμε και στους άλλους την κούπα του θείου οίνου. Όσο πιο πολύ πίνουμε, τόσο πιο πολύ μεθάμε. Όσο περισσότερο μοιραζόμαστε, τόσο περισσότερο υπάρχει για να πιούμε και η μέθη αυξάνεται. Σ᾽ αυτές τις συγκεντρώσεις, στις οποίες μοιραζόμαστε τις αναμνήσεις που έχουμε μαζί του, την ποίησή του και το μήνυμά του, μπορεί να ανυψωθεί το πνεύ-

μα μας και να γλυκάνει η καρδιά μας. Αυτή η μέθη διαπερνά κάθε πόρο του σώματός μας, μέχρι που τελικά ξεχνάμε το σώμα μας κι έχουμε συνειδητότητα μόνον της ψυχής μας. Σ᾽ αυτήν την κατάσταση χωριζόμαστε από το σώμα, υψωνόμαστε πάνω από το φυσικό σύμπαν και μπαίνουμε σε καταστάσεις ανώτερης συνειδητότητας. Προσπερνάμε, πετώντας ψηλά, τα άστρα, τους ήλιους και τα φεγγάρια και φτάνουμε στην Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου, που μας περιμένει Εσωτερικά. Τότε αυτός μας οδηγεί στη λαμπερή, απαστράπτουσα Αστρική Περιοχή. Η έντονη ενθύμηση του Διδασκάλου μπορεί να μας αποκαλύψει την παρουσία της Ακτινοβόλου μορφής του ίδιου του Διδασκάλου.

«Φοβάμαι μήπως σπάσω της αποχής το τάμα,
Γιατί δες, τα σύννεφα της βροχής μαζεύονται από παντού».

Σ᾽ αυτή τη στροφή παρομοιάζει την κατάσταση του μαθητή με κάποιον που έχει δώσει όρκο αποχής. Μέσα στο πάθος της αφοσίωσής τους, οι αφοσιωμένοι μπορούν κάποιες φορές να υπερβούν τους περιορισμούς των κοινωνικών παραδόσεων. Οι αφοσιωμένοι μοιάζουν συχνά με άτομα που έχουν τρελαθεί τελείως. Καρφώνουν το βλέμμα τους στα μάτια του Διδασκάλου, συρρέουν κατά σμήνη γύρω του, όπως οι μέλισσες γύρω από το μέλι και όταν είναι στην παρουσία του, δεν σκέπτονται ούτε φαγητό ούτε ύπνο. Μπορεί να σταθούν επί ώρες στον καυτό ήλιο για να έχουν την ντάρσαν του, να καθίσουν μέσα στη βροχή μην τυχόν και χάσουν έστω και μία του ματιά, να σταθούν μέσα στην παγωνιά ξεχνώντας το σώμα τους, απλώς και μόνο για να έχουν ένα του βλέμμα. Μπορεί να ταξιδέψουν από μακριά, απλά και μόνο για να πάρουν έστω και μία του ματιά. Κανένα κόστος δεν είναι πολύ μεγάλο και καμιά απόσταση δεν είναι πολύ μακρινή, για να βρεθούν στην άγια παρουσία του. Για την ορθολογιστική κοινωνία μας, αυτό μοιάζει με το αποκορύφωμα της τρέλας. Αλλά τι ξέρουν αυτοί για την τρέλα της Αγάπης!

Κάποιες φορές, οι αποκαλούμενοι ορθολογιστές, προσπαθούν με λογικούς τρόπους να επιβάλουν τους δικούς τους κανόνες αξιοπρέπειας στο μαθητή και του ζητούν να συμπεριφέρεται “φυσιολογικά”. Θα τον συμβουλέψουν να φύγει από το κρύο ή τη ζέστη, για να φάει και να κοιμηθεί, ακόμα κι αν αυτό σημαίνει ότι θα χάσει την *ντάρσαν* του Διδασκάλου του.[1]

Υπάρχουν φορές που είναι δύσκολο στο μαθητή να εγκαταλείψει το κυρίαρχο πάθος του για το Διδάσκαλο. Όταν έρθουν τέτοιες στιγμές, ο μαθητής μπορεί να επιχειρήσει να συμπεριφερθεί “φυσιολογικά”. Είναι όμως σαν να ζητάς από έναν μπεκρή να πάρει όρκο αποχής. Ο αφοσιωμένος μπορεί να προσπαθήσει, όσο πιο καλά μπορεί, να συμπεριφερθεί “φυσιολογικά”. Μπορεί να προσποιηθεί ότι ο Διδάσκαλος είναι απλώς ένας κοινός άνθρωπος και θα προσπαθήσει να κρατήσει απόσταση. Θα προσπαθήσει να πάει σπίτι του μια λογική ώρα, ακόμα κι αν η «Ταβέρνα του Αγαπημένου» είναι ανοιχτή μέχρι αργά το βράδυ. Τελικά όμως, οι προσπάθειες του αφοσιωμένου να συμπεριφερθεί “λογικά” θα αποτύχουν. Γιατί; Επειδή “τα σύννεφα της βροχής μαζεύονται από παντού”. Τα σύννεφα της βροχής, τα παραφορτωμένα με νερό σύννεφα, που αναφέρονται στην απεριόριστη Χάρη που τον περιβάλλει, είναι έτοιμα να ξεσπάσουν από τους ουρανούς από στιγμή σε στιγμή. Ο Διδάσκαλος μπορεί να απλώσει τη Χάρη του κάθε λεπτό κι όταν το κάνει, όλη η σωφροσύνη μας χάνεται και γίνεται φτερό στον άνεμο. Ο μαθητής θα ξεχειλίσει από τη Χάρη που λαμβάνει μέσα από τις ματιές του Διδασκάλου, τα θεόπνευστα λόγια και την παρουσία του, που προκαλεί έκσταση. Όταν αυτές οι βροχές αρχίζουν να πέφτουν, ο μαθητής είναι καταδικασμένος, είναι παντελώς χαμένος. Όλες οι υποσχέσεις για αποχή από το ποτό της Θείας μέθης ξεχνιούνται. Είναι και πάλι χαμένος στην τρέλα της θείας Αγάπης. Δε νοιάζεται πια για τη γνώμη και την κριτική των άλλων. Με βροχή και με

---

1 Σημ. μετ. Αυτή η ομιλία δόθηκε την επέτειο του θανάτου του Διδασκάλου Ντάρσαν

ήλιο, δε θα σταματήσει να απολαμβάνει την ντάρσαν του Διδασκάλου. Αργά ή γρήγορα, κάποτε και οι ορθολογιστές όλου του κόσμου θα πρέπει να τα παρατήσουν, γιατί κι αυτοί τελικά θα φτάσουν να βιώσουν την εμπειρία της Χάρης του Διδασκάλου και θα γίνουν και οι ίδιοι τρελοί εραστές.

«Τα μπουμπούκια χαμογελούν και τα λουλούδια χαίρονται,
καθώς ο πρωινός ζέφυρος φέρνει το μήνυμα
του Αγαπημένου».

Σ᾽ αυτήν την πανέμορφη στροφή, ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μιλάει για τον πρωινό ζέφυρο, την απαλή πρωινή αύρα που ξεκινάει το ταξίδι της από πολύ μακριά. Ήρεμος στην πορεία του πλησιάζει τον αφοσιωμένο μαθητή και τελικά τον χαϊδεύει, δίνοντάς του γλυκά το μήνυμα του Αγαπημένου. «Ο Αγαπημένος σε καλεί», λέει ο πρωινός ζέφυρος. Όταν ακουστούν αυτά τα γλυκά λόγια, όχι μόνον ο μαθητής αλλά ολόκληρη η Θεϊκή Δημιουργία βυθίζεται σε έκσταση. “Τα μπουμπούκια χαμογελούν και τα λουλούδια χαίρονται” από το χαρμόσυνο μήνυμα ότι ο Διδάσκαλος έχει φτάσει και μας καλεί κοντά του.

Ο μαθητής ζει για να είναι μαζί με το Διδάσκαλο. Όταν δεν είμαστε με τον Αγαπημένο, μακριές είναι οι μέρες και ατελείωτες οι νύχτες. Περιμένοντας καρτερικά, ο μαθητής αδημονεί και λαχταρά να είναι Εσωτερικά με το Διδάσκαλο και ο πόνος του αποχωρισμού συνεχώς αυξάνει. Καυτά δάκρυα κυλούν από τα μάτια του και η αναμονή του για τον Αγαπημένο μοιάζει με αιωνιότητα. Μοιάζει σαν ο Αγαπημένος να μας έχει ξεχάσει και τότε αρχίζουμε να νιώθουμε απελπισμένοι και αβοήθητοι. Θα στείλει άραγε ποτέ το μήνυμά του και σ᾽ εμάς;

Όμως, με το πρώτο φως της ημέρας φτάνει ένα μήνυμα! Πολύ απαλά ο ζέφυρος, φτάνει σ᾽ εμάς απρόσμενα. Ο Αγαπημένος μάς θυμήθηκε και μάς καλεί. Η καρδιά και η ψυχή μας σκιρτούν και χαίρονται. Όλη η Πλάση χαίρεται μαζί μας. Τα πουλιά τραγουδούν, τα λουλούδια ανθίζουν και ο κόσμος μοιάζει λαμπερός και χαρούμενος. Τόση είναι η χαρά, όταν

συναντάμε τον Αγαπημένο! Είναι σαν να παίρνουμε μια νέα παράταση ζωής. Η ψυχή μας συγκλονίζεται, επειδή έρχεται σε επαφή με τον Πολυαγαπημένο της. Εραστής του Θεού και Αγαπημένος που είχαν για πολλούς αιώνες χωριστεί, τώρα είναι ένα. Όταν έρθει η ευλογημένη στιγμή να ξανασμίξουν, η ψυχή θα βυθιστεί σε αιώνια θεία έκσταση.

Ο πρωινός ζέφυρος έχει φτάσει σ' εμάς με το μήνυμα των Διδασκάλων. Τα σύννεφα της βροχής είναι έτοιμα να μας πλημμυρίσουν με Χάρη. Μπορούμε να πετάξουμε την υπόσχεση της αποχής στους ανέμους και να πιούμε όσο βαστάει η καρδιά μας. Σ' αυτήν την Ταβέρνα όλοι είναι τρελοί από έρωτα για τον Αγαπημένο. Εκπέμπουμε όλοι στο ίδιο μήκος κύματος. Είμαστε όλοι αφοσιωμένοι και μπορούμε ελεύθερα να πιούμε ξανά και ξανά. Όπως είπε ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ στον τελευταίο στίχο ενός ποιήματός του:

«Ω Οινοχόε! Άσε την κούπα της καρδιάς μου να χορτάσει
γέμιζέ την ξανά και ξανά και ξανά».



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο

Ερωτοαποκρίσεις



25. Πνευματικότητα: μια επαληθεύσιμη εμπειρία

Από μία συνέντευξη του Διδασκάλου στις ΗΠΑ

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Αγαπητέ Σαντ Ρατζίντερ Σινγκ, καλωσορίσατε. Διδάσκετε μια μέθοδο διαλογισμού και ονομάζετε τον οργανισμό σας Επιστήμη της Πνευματικότητας. Ποια είναι σχέση μεταξύ επιστήμης και πνευματικότητας;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ζούμε σε μια εποχή όπου κυριαρχεί η επιστήμη. Σήμερα οι άνθρωποι δεν πιστεύουμε τυφλά ό,τι τους λένε. Για να πιστέψουμε κάτι, είναι αναγκαίο να έχουμε αποδείξεις ότι πρόκειται για κάτι που είναι αληθινό και αξιόλογο. Ονομάζουμε λοιπόν τον οργανισμό μας «Επιστήμη της Πνευματικότητας», γιατί πιστεύουμε ότι η Πνευματικότητα έχει και μια επιστημονική διάσταση που μπορούμε να τη βιώσουμε και να επαληθεύσουμε εμείς οι ίδιοι ότι πρόκειται για κάτι αξιόλογο και αληθινό.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Δηλαδή, όπως το πείραμα είναι η βάση της επιστήμης, με τον ίδιο τρόπο και η Πνευματικότητα βασίζεται στο πείραμα;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ακριβώς έτσι. Στην Πνευματικότητα η μέθοδος με την οποία μπορούμε να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, δηλαδή να αποκτήσουμε Αυτογνωσία, είναι ένα πραγματικό πείραμα. Είναι το πείραμα της ανύψωσης της ψυχής μας πάνω από τη σωματική μας συνειδητότητα. Είναι ένα πείραμα που μπορεί να επαναληφθεί και να μας δώσει γνωστά, αναμενόμενα και επαναλαμβανόμενα αποτελέσματα, όταν πραγματοποιηθεί με συνέπεια και ακρίβεια. Αυτό εξάλλου κάνει και η επιστήμη. Κάνουμε το πείραμα και περιμένουμε να δούμε να επαληθεύονται ξανά και ξανά τα προβλεπόμενα αποτελέσματα. Έτσι και η Πνευματικότητα, επαληθεύεται μέσω μιας συγκεκριμένης πειραματικής μεθόδου που είναι ο διαλογισμός.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Η Αυτογνωσία είναι κάτι που επαληθεύεται;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ναι επαληθεύεται, χρησιμοποιώντας το ανθρώπινο σώμα σαν εργαστήριο. Όπως ξέρετε, όταν μαθαίνουμε φυσική ή χημεία, κάνουμε εργαστηριακά πειράματα. Βάζουμε διάφορες ουσίες, σε ένα δοκιμαστικό σωλήνα προσθέτουμε κάτι άλλο και μετά παρατηρούμε π.χ. ότι βγαίνουν καπνοί διαφόρων χρωμάτων. Ξέρουμε από πριν τι χρώματα και τι καπνούς περιμένουμε να δούμε, βασισμένοι σε αυτό που ήδη μας έχει μάθει ο καθηγητής μας. Όταν λοιπόν διαλογιζόμαστε, είμαστε σε θέση να μπούμε μέσα μας. Μπορούμε να δούμε το θείο Φως και να ακούσουμε τη μελωδική Μουσική των Σφαιρών. Για μας λοιπόν το ανθρώπινο σώμα είναι ένα εργαστήρι, όπου κάνουμε πειράματα για να ανακαλύψουμε τον αληθινό μας εαυτό, να ανακαλύψουμε την ψυχή μας και να μάθουμε ποιοι πραγματικά είμαστε.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Εάν ζούμε καλά τι ανάγκη μπορεί να έχουμε τη θρησκεία και πολύ περισσότερο το διαλογισμό;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι άνθρωποι, από την αρχή της Δημιουργίας, προσπαθούν πάντοτε να βελτιωθούν και γι᾽ αυτό άλλωστε προοδεύουν. Με τις επιστήμες, προσπαθούμε να ανακαλύψουμε και να καταλάβουμε τους νόμους της φύσης. Επιπλέον, προσπαθούμε να καταλάβουμε από τι είμαστε φτιαγμένοι. Αυτή η έμφυτη περιέργεια των ανθρώπων είναι που μας οδηγεί στο να αναζητήσουμε και να μάθουμε ποιοι πραγματικά είμαστε. Οι επιστήμονες μέχρι πριν λίγα χρόνια έλεγαν ότι η στοιχειώδης μονάδα της ύλης είναι το άτομο. Κατάφεραν όμως να διασπάσουν το άτομο σε πρωτόνια, νετρόνια και ηλεκτρόνια. Τώρα ισχυρίζονται πως κι αυτά τα σωματίδια περικλείουν μέσα τους άλλα μικρότερα, τα οποία κινούνται με ιλιγγιώδη ταχύτητα. Παρατηρούμε λοιπόν στους ανθρώπους μια τάση και μια λαχτάρα να γνωρίσουν ποιοι είναι και τι υπάρχει γύρω τους. Από την πρώτη κιόλας στιγμή της ενηλικίωσής τους, οι άνθρωποι προσπαθούν να δώσουν απαντήσεις σε αυτά τους τα ερωτήματα. Είμαστε μόνο ένα σώμα ή υπάρχει και κάτι άλλο πέρα από αυτό;

ΕΡΩΤΗΣΗ: Μισό λεπτό. Θέλω να σταθώ σε κάτι που εί-

πατε προηγουμένως. Ισχυρίζεστε ότι η Πνευματικότητα δεν είναι κάτι που πάει ενάντια στη λογική;

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Η Πνευματικότητα αναμφίβολα δεν αντίκειται στη λογική. Η Πνευματικότητα είναι μια λογική διαδικασία, η οποία μπορεί να γίνει αντιληπτή, μπορεί να τεθεί σε δοκιμή και μπορεί να αποδειχτεί στον καθέναν που θα κάνει το πείραμα.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Γιατί χρησιμοποιείτε τον όρο Πνευματικότητα και όχι θρησκεία;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι θρησκείες είναι πίστεις που συστηματοποιούνται και διαδίδονται μετά την έλευση ενός αγίου ή μύστη σ' αυτόν τον κόσμο. Όλοι οι άγιοι των θρησκειών παρότρυναν όσους πήγαιναν κοντά τους να γνωρίσουν τον εαυτό τους και το Θεό. Η Πνευματικότητα όμως πηγαίνει πέρα από τη θρησκεία, με την έννοια ότι η Πνευματικότητα είναι όχι μόνο μία πίστη αλλά ένα μέσο με το οποίο μπορούμε πραγματικά να καταλάβουμε τον εαυτό μας και τη σχέση μας με τον Ύψιστο. Υπάρχουν άνθρωποι που πιθανότατα δεν είναι θρήσκοι, κι όμως είναι Πνευματικοί. Η Πνευματικότητα αναφέρεται στις μυστικιστικές εμπειρίες, στις οποίες βασίζονται όλες οι θρησκείες και οι Γραφές.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Θα ωφεληθώ αν ασπαστώ τη θρησκεία σας;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όχι δεν θα έχετε κάποιο ιδιαίτερο όφελος.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Δηλαδή δε χρειάζεται να αλλάξω τις θρησκευτικές μου πεποιθήσεις;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Δεν πιστεύουμε στο ότι μπορεί να βοηθήσει κάποιον η αλλαγή του θρησκεύματός του, (conversion), αλλά πιστεύουμε στην Εσωστροφή (inversion).

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Τι εννοείτε με τη λέξη Εσωστροφή;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Αυτό που επιδιώκουμε είναι να μπούμε μέσα μας, γιατί το θησαυροφυλάκιο της θειότητας βρίσκεται μέσα μας. Για να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, είναι αναγκαίο να καταλάβουμε ποιοι είμαστε πραγματικά. Εξωτερικά βέβαια είμαστε το φυσικό μας σώμα. Όταν όμως δούμε κάποιον να πεθαίνει, αντιλαμβανόμαστε ότι το σώμα του, που βρίσκεται

ξαπλωμένο μπροστά μας, είναι ακριβώς το ίδιο όπως ήταν λίγο πριν πεθάνει, με τα χέρια, τα πόδια, τα μάτια, τη μύτη και το στόμα του. Όμως δεν μπορεί ούτε να δει ούτε να ακούσει ούτε να μιλήσει ούτε να σηκωθεί και να περπατήσει.

Αν λοιπόν είμαστε μόνο σώμα, τότε τι λείπει από το νεκρό κορμί που το εμποδίζει να κάνει το οτιδήποτε; Εκείνο που λείπει πιστεύουμε ότι είναι ο αληθινός μας εαυτός, ο οποίος είναι το πνεύμα ή η ψυχή που δίνει ζωή στο σώμα μας. Όταν λοιπόν Εσωστρεφόμαστε, αποκτάμε τη γνώση του αληθινού μας εαυτού, της ψυχής μας.

Όποιος είναι μέλος της Επιστήμης της Πνευματικότητας δεν αλλάζει θρήσκευμα. Αν είναι Χριστιανός, προσπαθεί να γίνει αληθινός Χριστιανός. Αν είναι Ινδουιστής, προσπαθεί να γίνει αληθινός Ινδουιστής. Αν είναι Μουσουλμάνος, προσπαθεί να γίνει αληθινός Μουσουλμάνος. Αν είναι Ιουδαίος, προσπαθεί να γίνει αληθινός Ιουδαίος. Αν είναι Σιχ, προσπαθεί να γίνει αληθινός Σιχ. Αν είναι Βουδιστής, προσπαθεί να γίνει αληθινός Βουδιστής. Αν είναι Τζαϊνιστής, προσπαθεί να γίνει αληθινός Τζαϊνιστής.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Αυτό όμως δεν οδηγεί σε μεγαλύτερες φιλονικίες και προστριβές μεταξύ των θρησκευόμενων ανθρώπων;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όχι, σίγουρα όχι. Αν εξετάσουμε όλες τις θρησκείες, θα δούμε ότι υπάρχουν δύο όψεις σε κάθε θρησκεία. Υπάρχει η εξωτερική (εκκλησιαστική) και η Εσωτερική (μυστικιστική) της πλευρά. Η εξωτερική πλευρά, αφορά τα εξωτερικά τυπικά, τις τελετουργίες και τις ιεροτελεστίες που διαφέρουν στα διάφορα θρησκεύματα και είναι σύμφωνες με τις θρησκευτικές παραδόσεις της κάθε θρησκείας. Ο τρόπος λατρείας διαφέρει και μπορεί να πραγματοποιείται σε διαφορετικά μέρη, όπως σε κάποιο ναό, εκκλησία, τέμενος, τζαμί κλπ. Αλλά ακόμη κι όταν ανήκουμε στην ίδια θρησκεία, οι άνθρωποι σε κάποιο μέρος του κόσμου μπορεί να λατρεύουν το Θεό με τον έναν τρόπο και σε κάποιο άλλο μέρος με ένα διαφορετικό τρόπο. Αυτό οφείλεται στις πολιτιστικές διαφο-

ρές ή μπορεί να οφείλεται στον τόπο απ᾽ όπου οι θρησκείες αυτές ξεκίνησαν και στον χρόνο, τον τόπο και τον τρόπο με τον οποίο αυτές διαδόθηκαν. Όταν όμως συζητάμε για το πώς μπορούμε να ανακαλύψουμε τον εαυτό μας – και αναφερόμαστε στη αληθινή μας υπόσταση, που είναι η ψυχή, ένα κομμάτι του Θεού δηλαδή – τότε αναφερόμαστε σε μυστικιστικές ή αλλιώς σε Πνευματικές εμπειρίες. Αναφερόμαστε στην Εσωτερική πλευρά των θρησκειών που είναι η ίδια σε όλες.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Αυτή δεν είναι εγωιστική εμπειρία;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όχι. Σίγουρα όχι. Ζούμε σε μια εποχή όπου πραγματικά επιθυμούμε να βοηθάμε τους άλλους και όχι μόνο τον εαυτό μας. Θέλουμε να επικρατεί γαλήνη και ηρεμία στον κοινωνικό μας περίγυρο. Η Εσωτερική πλευρά κάθε θρησκείας βασίζεται στις μυστικιστικές εμπειρίες που βίωσαν μεγάλοι άγιοι και μύστες και μπορεί να τις βιώσει ο καθένας από εμάς, εδώ και τώρα. Αν μελετήσουμε προσεκτικά όλες τις θρησκείες του κόσμου, θα ανακαλύψουμε ότι στις Γραφές τους περιγράφονται πάμπολλες μυστικιστικές, Πνευματικές εμπειρίες. Για παράδειγμα, στο Χριστιανικό Ευαγγέλιο ο Απόστολος Παύλος φέρεται να λέει: «Θνήσκω καθημερινώς». Εδώ δεν αναφέρεται στο φυσικό του θάνατο. Μιλάει για την υπέρβαση της σωματικής του συνειδητότητας και την εμπειρία της ψυχής του, του Εσωτερικού του εαυτού. Δηλαδή αναφέρεται στο διαλογισμό.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Σχηματίζω με το μυαλό μου μια εικόνα που με θλίβει. Φαντάζομαι κάποιον να κάθεται σε διαλογισμό, αφιερώνοντας σε αυτόν τις ελεύθερές του ώρες, τη στιγμή που οι άνθρωποι γύρω του έχουν την ανάγκη του. Τι έχετε να πείτε για αυτό;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Το μονοπάτι του διαλογισμού που ακολουθούμε δεν είναι ένα μονοπάτι αρνητικού μυστικισμού, αντίθετα είναι ένα Μονοπάτι Θετικού Μυστικισμού. Στην περίπτωση του αρνητικού μυστικισμού πραγματικά απαρνιέται κανείς τον κόσμο.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Ρίχνουμε δηλαδή μαύρη πέτρα πίσω μας;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Θα μπορούσατε να ρίξετε μαύρη πέτρα πίσω σας και να πάτε στις όχθες ενός ποταμού ή στην κορυφή ενός βουνού και να αποκοπείτε από τον υπόλοιπο κόσμο. Εμείς όμως δεν πιστεύουμε σε αυτές τις πρακτικές. Πιστεύουμε σε αυτό που ο μεγάλος μας Πνευματικός Διδάσκαλος, ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, όρισε ως «Μονοπάτι Θετικού Μυστικισμού». Σύμφωνα με τις αρχές του θα πρέπει να εκπληρώνουμε όλες τις εγκόσμιες υποχρεώσεις μας. Παραμένουμε στον κοινωνικό μας περιβάλλον, στη θρησκεία μας, στην καθημερινότητά μας, στα σπίτια και στις γειτονιές μας. Επιπρόσθετα όμως, ανάμεσα στις άλλες καθημερινές μας υποχρεώσεις και δραστηριότητες, βρίσκουμε χρόνο να τον αφιερώνουμε στο Θεό. Ιεραρχούμε τις προτεραιότητες μας. Νιώθουμε ότι είναι αναγκαίο να καταλάβουμε πραγματικά τον εαυτό μας και το Θεό. Γι᾽ αυτό το λόγο λοιπόν ξεκλέβουμε μια δυο ώρες από το καθημερινό μας χρόνο και τις αφιερώνουμε στο διαλογισμό, γιατί διαπιστώνουμε ότι τα οφέλη που εισπράτουμε είναι πολλά και η καθημερινή μας ζωή χαρακτηρίζεται από γαλήνη, ηρεμία, αρμονία, χαρά και μακαριότητα.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Υπάρχει συγκεκριμένος τρόπος που διαλογίζεστε;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Η μέθοδος μας ονομάζεται διαλογισμός στο Φως και στον Ήχο του Θεού. Η τεχνική που χρησιμοποιούμε είναι απλή. Σε αυτή τη συγκεκριμένη μορφή διαλογισμού, η προσοχή εστιάζεται σ᾽ εκείνο που ονομάζεται "Έδρα της ψυχής" και βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια. Βρίσκουμε ένα ήσυχο μέρος να καθίσουμε και κλείνουμε απαλά τα μάτια μας, κατευθύνοντας τους βολβούς των ματιών σα να βλέπουμε ίσια μπροστά μας. Μετά το ζητούμενο είναι να αποσύρουμε το αισθητηριακό ρεύμα από το σώμα μας.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Να αποσύρουμε το αισθητηριακό ρεύμα; Ποιο είναι αυτό το ρεύμα;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ναι να αποσύρουμε το αισθητηριακό ρεύμα από το σώμα μας. Η επικοινωνία μας με το περιβάλλον, γίνεται μέσω των αισθήσεών μας: την αίσθηση της όρασης,

της ακοής, της όσφρησης, της γεύσης και της αφής. Το αισθητηριακό ρεύμα είναι η προσοχή μας η οποία απότελεί την εξωτερική έκφραση της ψυχής μας.* Η προσοχή, δημιουργεί τις προϋποθέσεις για να λειτουργούν οι πέντε μας αισθήσεις. Επομένως, για να Εσωστραφούμε (να μπούμε μέσα μας), είναι απαραίτητο να αποσύρουμε την προσοχή μας, το αισθητηριακό ρεύμα δηλαδή, από το περιβάλλον και να την στρέψουμε στην "Έδρα της ψυχής" ή Τρίτο ή Απλό Οφθαλμό. Ο Τρίτος Οφθαλμός είναι η πύλη που οδηγεί στα Εσωτερικά βασίλεια, που από τη φύση τους είναι Πνευματικά.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Μήπως όλα αυτά είναι ένα παιχνίδι του μυαλού σας;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Σίγουρα όχι. Αυτά δεν είναι παιγνίδια του μυαλού, είναι μια επαληθεύσιμη εμπειρία που ο καθένας μπορεί να βιώσει! Στην πραγματικότητα, όταν κλείνουμε τα μάτια και διαλογιζόμαστε, ο νους, μάς εμποδίζει να μπούμε μέσα μας, διασκορπίζοντας την προσοχή μας στον εξωτερικό κόσμο. Ο νους βομβαρδίζεται από πάμπολλες σκέψεις, ακόμη και για πράγματα που ποτέ δεν είχαμε διανοηθεί και από τη φύση του δε θέλει να αντιληφθούμε τον αληθινό μας εαυτό που είναι η ψυχή και ότι ο ίδιος ο νους δεν είναι παρά ένας απλός υπηρέτης της.

Όταν μπορέσουμε και αποσύρουμε το αισθητηριακό ρεύμα (την προσοχή μας) και το συγκεντρώσουμε στην Έδρα της ψυχής, τον Τρίτο Οφθαλμό που είναι η πύλη προς τα Εσωτερικά βασίλεια, θα έρθουμε σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού, που είναι το ίδιο Ρεύμα Θείου Φωτός και Ήχου που δονεί όλη τη Δημιουργία και στο οποίο, στις διάφορες Γραφές δίνονται ποικίλα ονόματα. Στο Ευαγγέλιο ονομάζεται "Λόγος", στις Γραφές των Σιχ ονομάζεται "Νάαμ" ή "Σαμπντ", στις Βέδες ονομάζεται "Τζιότι" και "Σρούτι", στις Ουπανισάδες ονομάζεται "Ναντ", στις Μουσουλμανικές Γραφές "Κάλμα" κ.ο.κ. Όλες αυτές τις εμπειρίες του θείου Ρεύματος του Φωτός και του Ήχου, μπορούμε να τις βιώσουμε μέσα μας και υπάρχουν παρόμοιες αναφορές, αν μελετήσει κανείς όλες τις Γραφές,

όλων των θρησκειών. Αυτή η μέθοδος διαλογισμού επιτρέπει σε κάθε άνθρωπο που την ασκεί να επαληθεύσει την εμπειρία του θείου Φωτός και Ήχου και να βεβαιώσει ότι δεν είναι παιχνίδια του μυαλού οι Εσωτερικές εμπειρίες.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Στη Δύση ακούμε πολλά για τα οφέλη του διαλογισμού στην υγεία μας. Εσείς όμως μας λέτε ότι ο λόγος για τον οποίο θα πρέπει να διαλογιζόμαστε είναι κάτι περισσότερο από την εξασφάλιση της υγείας μας.*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Τα οφέλη του διαλογισμού είναι πολλά, με κυριότερο το ότι μας οδηγεί στην Πνευματικότητα. Πέρα απ᾽ αυτό όμως εξασφαλίζουμε και πολλά άλλα οφέλη. Όταν διαλογιζόμαστε νιώθουμε πιο χαλαροί και οι εντάσεις και τα άγχη της ζωής εξανεμίζονται. Δεύτερο, επειδή ο διαλογισμός δεν είναι τίποτα περισσότερο από αυτοσυγκέντρωση, όταν διαλογιζόμαστε η δύναμη της αυτοσυγκέντρωσής μας αυξάνεται. Μπορούμε να συγκεντρωνόμαστε καλύτερα και ως εκ τούτου να διακριθούμε ευκολότερα στις δραστηριότητες της ζωής. Ο διαλογισμός προσφέρει ακόμα πολλά οφέλη στις διαπροσωπικές μας σχέσεις. Όταν νιώθουμε αγχωμένοι και καθίσουμε μερικά λεπτά σε διαλογισμό, αυτό θα μας βοηθήσει να τα βγάλουμε πέρα, όποιες κι αν είναι οι συνθήκες που επικρατούν στον περιβάλλον μας.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Υπάρχει διαφορά ανάμεσα στην προσευχή και στο διαλογισμό;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ο διαλογισμός είναι η ανώτερη μορφή προσευχής. Με την προσευχή ζητάμε από το Θεό να μας δώσει κάτι. Είναι ένα αίτημα για να μας χαρίσει κάτι που θέλουμε. "Προσευχή είναι όταν μιλάμε στο Θεό". Από την άλλη, όταν διαλογιζόμαστε ζητάμε από το Θεό να μας φωτίσει. Αυτός είναι λοιπόν ο ανώτερος θησαυρός που μπορούμε να βρούμε. Όλα τα πράγματα για τα οποία προσευχόμαστε, όπως για παράδειγμα ένα νέο σπίτι, ένα καινούριο αυτοκίνητο, η προαγωγή στη δουλειά μας κτλ., όλα αυτά είναι πράγματα που ανήκουν στον κόσμο και ως εκ τούτου είναι πράγματα προσωρινά. Όλα αυτά θα τα αφήσουμε πίσω μας, όταν πεθάνουμε. Αν

όμως φωτιστούμε, αν μπορέσουμε να μάθουμε ποιοι είμαστε, τότε το όφελος που θα αποκομίσουμε θα παραμείνει μαζί μας για πάντα. Ο διαλογισμός είναι επομένως η ανώτερη μορφή προσευχής.

"Διαλογισμός είναι όταν ακούμε το Θεό".

ΕΡΩΤΗΣΗ*: Χρησιμοποιείτε τον όρο Θεός. Τι εννοείτε όταν λέτε Θεός;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Με τη λέξη Θεός εννοώ τη Δημιουργική Δύναμη, τον Ένα που δημιούργησε ολόκληρο το σύμπαν, τον Ένα που δημιούργησε ολόκληρη την πλάση. Μπορούμε να τον ονομάσουμε όπως θέλουμε. Μπορούμε να τον πούμε Αλλάχ, Θεό, Βαχ-ι-γκούρου ή όπως αλλιώς επιθυμούμε.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Μπορούν να Τον βρουν όλοι οι άνθρωποι;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όλοι οι άνθρωποι έχουν τις ίδιες δυνατότητες να βρουν το Θεό, γιατί ο Θεός βρίσκεται μέσα στον καθένα μας. Το μόνο που χρειάζεται να κάνουμε, είναι να μπούμε μέσα μας και καθώς μπαίνουμε μέσα μας και ερχόμαστε σε επαφή με το θείο Φως και τον Ήχο, τότε εμείς οι ίδιοι μεταμορφωνόμαστε. Όταν αλλάξουμε εμείς σαν άτομα, θα αλλάξει και η οικογένειά μας. Η αλλαγή στην οικογένειά μας θα αλλάξει τη γειτονιά μας. Η αλλαγή της γειτονιάς, αλλάζει την πόλη μας. Η αλλαγή στις πόλεις, αλλάζει τη χώρα μας και οι μεταμορφωμένες πόλεις θα αλλάξουν τον κόσμο. Πιστεύουμε λοιπόν ότι αν εμείς οι ίδιοι βρούμε γαλήνη και ηρεμία, αυτό αναμφίβολα θα ακτινοβολεί και θα μεταμορφώσει όχι μόνο το άμεσο περιβάλλον μας, αλλά θα επηρεάσει και τη γη στο σύνολό της.



26. Μύηση, χορτοφαγία και ο Πνευματικός Διδάσκαλος

Ερωταποκρίσεις μετά από μία διάλεξη του Διδασκάλου στη Στουτγάρδη

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Έχω μια ειλικρινή επιθυμία μέσα στην καρδιά μου, να γνωρίσω την αλήθεια και το Θεό. Πώς μπορώ να ανακαλύψω ποιος είμαι και γιατί πήρα την ανθρώπινη γέννηση;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όταν μυηθούμε παίρνουμε μια ιδέα για την αληθινή μας ύπαρξη. Μέσα από τη διαδικασία της μύησης είμαστε σε θέση να βιώσουμε τον εαυτό μας ως Φως και Ήχο, τις δυο πρωταρχικές εκδηλώσεις του Θεού, του οποίου όλοι αποτελούμε κομμάτι. Η ψυχή μας είναι μέρος του Θεού. Αυτό όμως το συνειδητοποιούμε μόνον όταν Εσωστραφούμε. Όταν λοιπόν μάθουμε την τεχνική της Εσωστροφής, της εισόδου μέσα μας, ο αληθινός μας εαυτός αρχίζει να ξετυλίγεται. Τη στιγμή της ιερής μας μύησης συνδεόμαστε με το θείο Φως και τον Ήχο κι αυτό ακριβώς είναι η μύηση. Όσο εξασκούμαστε στις δυο ασκήσεις, το διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και το διαλογισμό στον Εσωτερικό Ήχο, τόσο αποκτούμε την ικανότητα να βιώνουμε ανώτερες καταστάσεις και ακόμα αποκτούμε την ικανότητα να σχηματίσουμε καλύτερη εικόνα για το ποιοι είμαστε και γιατί πήραμε αυτό το ανθρώπινο σώμα.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Εγώ μπορώ να μυηθώ;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Υπάρχουν κάποιες προϋποθέσεις για να μυηθείτε. Πρώτα απ᾽ όλα πιστεύουμε στη μη βία στη σκέψη, στο λόγο και στην πράξη. Εφαρμόζοντας στη ζωή μας αυτή την αρχή, ακολουθούμε ένα χορτοφαγικό τρόπο διατροφής. Δεν πιστεύουμε ότι είναι απαραίτητο να σκοτώνουμε ζώα για να θρέψουμε το σώμα μας. Η χορτοφαγική διατροφή που ακολουθούμε περιλαμβάνει φρούτα, λαχανικά, δημητριακά, όσπρια και προϊόντα γάλατος. Η δεύτερη προϋπόθεση είναι

να απέχουμε από τη χρήση ναρκωτικών ουσιών και αλκοολούχων ποτών, τα οποία μας διαταράσσουν τη συνειδητότητα. Για να αντιληφθούμε ποιοι είμαστε χρειάζεται να φτάσουμε σε ανώτερες καταστάσεις συνειδητότητας. Όταν κάνουμε χρήση αλκοολούχων, παραισθησιογόνων ή ναρκωτικών ουσιών πέφτουμε σε κατάσταση ελαττωμένης συνειδητότητας ή απώλειας της συνειδητότητας μας. Αποφεύγουμε λοιπόν οτιδήποτε μας οδηγεί σε παρόμοιες καταστάσεις[1].

Το τρίτο σημαντικό πράγμα είναι ότι πιστεύουμε στην ύπαρξη ενός Θεού. Μπορούμε να δώσουμε στο Θεό όποιο όνομα θέλουμε, αλλά υπάρχει μόνον ένας Θεός, κι εμείς όλοι είμαστε παιδιά Του. Σ' αυτό πιστεύουμε και αυτές είναι οι προϋποθέσεις που απαιτούνται για να πάρετε μύηση και να ακολουθήσετε αυτό το Πνευματικό Μονοπάτι.

Ένας άλλος τομέας, που όμως δεν είναι προϋπόθεση αλλά μάλλον σκαλοπάτι για να ακολουθήσουμε το Μονοπάτι, είναι ότι η Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα είναι μονοπάτι θετικού μυστικισμού. Δεν απαρνούμαστε τη ζωή. Δεν πιστεύουμε ότι κάποιος πρέπει να εγκαταλείψει το σπίτι του, να αλλάξει τον τρόπο που ντύνεται, τη χώρα που ζει, τα ήθη και τα έθιμα με τα οποία μεγάλωσε και να πάει να ζήσει απομονωμένος με αποκλειστικό ενδιαφέρον το διαλογισμό. Πιστεύουμε ότι είναι απαραίτητο να εκπληρώνουμε τις υποχρεώσεις μας ζώντας μέσα στον κόσμο. Είναι αναγκαίο λοιπόν να ζούμε μέσα στον κόσμο και να αναλαμβάνουμε και να εκπληρώνουμε όλες μας τις ευθύνες και τις υποχρεώσεις, όσο καλύτερα μπορούμε, απέναντι στην οικογένεια, τη δουλειά, την κοινότητα, την κοινωνία μας και στον κόσμο στο σύνολό του, ενώ την ίδια στιγμή η προσοχή μας θα εστιάζεται στο Θεό.

Αυτοί λοιπόν είναι οι τομείς στους οποίους χρειάζεται να είμαστε σε θέση να απαντήσουμε καταφατικά, αν πράγματι

---

1 Σημ. μετ. Από αυτή την κατηγορία εξαιρούνται ανάλογα φάρμακα που χορηγούν οι γιατροί για θεραπευτικούς σκοπούς ή χειρουργικές επεμβάσεις (π.χ. μορφίνη).

επιθυμούμε να μυηθούμε.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Διδάσκαλε, θα μπορούσατε σας παρακαλώ να μας μιλήσετε για την αξία της χορτοφαγικής διατροφής;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Την προηγούμενη δεκαετία γίναμε μάρτυρες της έκρηξης της επιστημονικής γνώσης, η οποία έδωσε στην ανθρωπότητα περισσότερες πληροφορίες και γνώσεις απ᾽ όσες αποκτήσαμε σε όλα τα χρόνια της γνωστής ιστορίας. Η επιστημονική έρευνα γιατρών και ερευνητών μας επέτρεψε να κατανοήσουμε πολύ περισσότερα πράγματα για τη λειτουργία του σώματός μας απ᾽ ό,τι στο παρελθόν, καθώς και τα μέτρα που απαιτείται να παίρνουμε για να διατηρούμε την υγεία μας σε ένα καλό επίπεδο. Καθώς έρχονται στο φως όλο και περισσότερες αποδείξεις για την ευεργετική επίδραση της χορτοφαγικής διατροφής, βλέπουμε ο αριθμός των χορτοφάγων σε όλον τον κόσμο διαρκώς να αυξάνεται.

Από τα πολύ παλιά χρόνια, πολλοί μεγάλοι φιλόσοφοι, άγιοι, μύστες και φωτισμένοι στοχαστές έχουν αναγνωρίσει την αξία της χορτοφαγίας. Εξαίρετοι άνθρωποι, όπως ο Λέων Τολστόι, ο Αλβέρτος Σβάιτσερ, ο Πέρσι Σέλεϊ, ο Τζόρτζ Μπέρναρ Σο, ο Λεονάρντο Ντα Βίντσι και ο Μαχάτμα Γκάντι, ήταν χορτοφάγοι. Μόλις πρόσφατα οι επιστήμονες επιβεβαίωσαν τις θέσεις που διατύπωσαν και πρότειναν για τη χορτοφαγία αυτές οι μεγάλες ψυχές. Σήμερα όλο και περισσότεροι άνθρωποι συνειδητοποιούν ότι αυτή η μορφή διατροφής μπορεί να βελτιώσει την υγεία και την ευρωστία του σώματος, του νου, της ψυχής και του πλανήτη μας. Τα οφέλη της χορτοφαγικής διατροφής στην υγεία έχουν επισημανθεί σε επιστημονικές εργασίες, περιοδικά, βιβλία και εφημερίδες. Γιατροί και διαιτολόγοι συνιστούν πλέον ευρύτατα στους ανθρώπους να ελαττώσουν την κατανάλωση κρέατος, τροφών με ζωικά λιπαρά και αβγών, προκειμένου να διατηρήσουν μία καλή υγεία. Αντίθετα ενθαρρύνουν την αυξημένη βρώση λαχανικών, φρούτων και όλων των δημητριακών, προκειμένου να ελαττωθεί το επίπεδο χοληστερίνης στον οργανισμό μας, ελαττώνοντας έτσι τον κίνδυνο καρδιακών προσβολών, υπέρτασης, εμφραγμάτων και

καρκίνου. Τα αποτελέσματα των ιατρικών ανακαλύψεων έχουν ήδη προκαλέσει τεράστιο αντίκτυπο στη βιομηχανία τροφίμων και στις αλυσίδες των εστιατορίων. Τώρα πια βρίσκουμε όλο και περισσότερα τρόφιμα που παράγονται από προϊόντα μη ζωικής προέλευσης. Αν κοιτάξουμε στο παρελθόν, ακόμη και πριν από είκοσι χρόνια, οι επιλογές κάποιου χορτοφάγου, εφόσον ήθελε να φάει σε κάποιο εστιατόριο, ήταν περιορισμένες. Σήμερα όμως βλέπουμε να υπάρχουν στα περισσότερα εστιατόρια, salat bar και μια ολόκληρη ποικιλία νοστιμότατων χορτοφαγικών εδεσμάτων. Τα μαγαζιά υγιεινής διατροφής και τα χορτοφαγικά εστιατόρια αφθονούν σε πολλές πόλεις. Πολλοί διάσημοι καλλιτέχνες, ηθοποιοί, τραγουδιστές και αθλητές στη Δύση ακολουθούν αυτή τη μορφή διατροφής και επιβεβαιώνουν τη μεγάλη αξία της. Όσοι αναλύουν με προσοχή τα πλεονεκτήματα της χορτοφαγίας, θα διαπιστώσουν ότι η ποιότητα της ζωής και της υγείας τους μπορεί να βελτιωθεί εκπληκτικά, εξαιτίας αυτού του τρόπου διατροφής.

Οι επί πολλά χρόνια χορτοφάγοι έχουν καταθέσει την εμπειρία τους για τις αλλαγές που επήλθαν στη ζωή τους όταν έκοψαν το κρέας. Πολλοί ανέφεραν ότι ένιωσαν περισσότερο ενεργητικοί και δραστήριοι, όχι μόνο σωματικά αλλά και νοητικά. Χορτοφάγα ζώα, όπως ο ελέφαντας, το άλογο και το βόδι, φημίζονται για τη δύναμη και την αντοχή τους. Ακόμα οι χορτοφάγοι διακρίνονται για την αυξημένη αποδοτικότητα στην εργασία τους και στην ικανότητα αυτοσυγκέντρωσης στις σωματικές και στις διανοητικές εργασίες. Γνωρίζοντας ότι η σωματική μας υγεία επηρεάζει τις νοητικές μας λειτουργίες, ένας σημαντικός αριθμός ερευνητών σήμερα, διερευνά την επίδραση της διατροφής στο νου. Μελέτες που έγιναν σε ζώα αποκάλυψαν ότι εκείνα που τράφηκαν με χόρτα ήταν πιο ήρεμα και πιο ήσυχα από εκείνα που τράφηκαν με κρέας.

Οι περισσότεροι άνθρωποι έχουν ακούσει την έκφραση: «είσαι ό,τι τρως». Σε πολλές χώρες της Ανατολής, όπου η χορτοφαγία είναι ο κύριος τρόπος διατροφής επί χιλιάδες χρόνια, οι άνθρωποι πιστεύουν πως ό,τι καταναλώνουν μορφοποιεί

και κάποιο μέρος του σώματός τους και επιπλέον επηρεάζει τις σκέψεις τους. Έτσι πιστεύουν ότι, αν φάνε τη σάρκα κάποιου ζώου, οι νοητικές και συναισθηματικές δονήσεις και τα χαρακτηριστικά αυτού του ζώου θα επηρεάσουν ένα μέρος της ίδιας τους της φύσης. Αυτός είναι ο λόγος που, πολλοί άνθρωποι που ανατράφηκαν με τις Ανατολικές παραδόσεις προτιμούν να ζουν μόνο με φυτικές τροφές καθόσον όπως πιστεύουν, αυτές συμβάλλουν περισσότερο στην εξασφάλιση νοητικής ισορροπίας.

Φωτισμένοι άνθρωποι, άγιοι, μύστες και Πνευματικοί δάσκαλοι από πεποίθηση συνιστούν τη χορτοφαγική διατροφή για Πνευματικούς και ηθικούς λόγους. Για αυτούς που ακολουθούν το Μονοπάτι που οδηγεί στην Αυτογνωσία και τη Θέωση, το να τρέφονται χορτοφαγικά είναι βασικό και ουσιώδες.

Θα μοιραστώ μαζί σας ό,τι έχω μάθει μελετώντας την Επιστήμη της Πνευματικότητας κάτω από την καθοδήγηση των Πνευματικών μου Διδασκάλων Σαντ Κιρπάλ Σινγκ και Σαντ Ντάρσαν Σινγκ. Οι Διδάσκαλοι αυτοί δίδαξαν ότι, οι άνθρωποι δεν είμαστε μόνο σώμα και νους, άλλα ότι είμαστε ενσαρκωμένες ψυχές. Η ψυχή μας, που έχει χωριστεί από το Θεό, το Δημιουργό της, κατοικεί μέσα στο σώμα που έχουμε και μας έδωσαν μία τεχνική διαλογισμού για να μας βοηθήσουν να έρθουμε σε επαφή με την ψυχή μας και να ταξιδέψουμε πίσω στο Θεό.

Προκειμένου να πετύχουμε υψηλές επιδόσεις στις Πνευματικές μας ασκήσεις, η χορτοφαγία είναι απαραίτητη. Για να είμαστε σε θέση να αυτοσυγκεντρωθούμε στο διαλογισμό μας στο Θείο Φως και τη Μουσική των Σφαιρών, χρειάζεται να είμαστε ήρεμοι και συγκεντρωμένοι. Αν τρώμε τη σάρκα νεκρών ζώων, η συνειδητότητά μας θα επηρεαστεί γιατί στο σύμπαν ισχύει ένας νόμος που ορίζει ότι για κάθε δράση υπάρχει μια αντίδραση. Στην Ανατολή ο νόμος αυτός ονομάζεται «Νόμος του κάρμα». Αυτό σημαίνει ότι θα δρέψουμε ανταμοιβή ή τιμωρία για τις σκέψεις, τα λόγια και τις πράξεις μας. Αν κάνουμε το καλό, θα κερδίσουμε την ανάλογη επιβράβευση, ενώ αν

κάνουμε το κακό, θα πληρώσουμε τις συνέπειες. Έτσι λοιπόν οι Πνευματικοί μας Διδάσκαλοι, συμβουλεύουν να μη στερούμε τη ζωή από κανένα ζωντανό πλάσμα, προκειμένου η ολοκλήρωση του Πνευματικού ταξιδιού της ψυχής πίσω στο Δημιουργό της, να στεφθεί με επιτυχία. Ακόμα για να επιτύχουμε υψηλές επιδόσεις στις Πνευματικές μας ασκήσεις, θα πρέπει να αναπτύξουμε τις θείες αρετές της μη βίας, της φιλαλήθειας, της αγνότητας, της ταπεινότητας και της ανιδιοτελούς προσφοράς. Η χορτοφαγική διατροφή είναι το φυσικό επακόλουθο της μη βίας, γιατί δε θα πρέπει να βλάπτουμε κανένα ζωντανό πλάσμα μέσα στη φύση. Εκείνοι που σκέφτονται σοβαρά να αποκτήσουν Αυτογνωσία και να πετύχουν τη Θέωση θα πρέπει να ακολουθούν αυστηρά χορτοφαγική διατροφή, αποφεύγοντας το κρέας, τα ψάρια, τα πουλερικά και τα αβγά.

Η χορτοφαγία επιπλέον βελτιώνει την υγεία του άρρωστου πλανήτη μας. Οι οικολόγοι και οι περιβαλλοντολόγοι, που ενδιαφέρονται για τη διάσωση των ζωντανών οργανισμών της Γης, προειδοποιούν ότι η αλόγιστη εξολόθρευση των ζώων, που γίνεται με σκοπό να ικανοποιήσουμε τις ακόρεστες επιθυμίες μας, έχει μακροπρόθεσμα, καταστρεπτικά αποτελέσματα στη φυσική ισορροπία του πλανήτη. Είναι αλήθεια ότι οι άνθρωποι είναι ανώτεροι από όλες τις μορφές ζωής, αλλά θα πρέπει να σεβαστούμε το Θείο Σχέδιο για το σύμπαν και όλες τις μορφές ζωής που το κατοικούν. Οι περιβαλλοντολόγοι έχουν επίσης επισημάνει ότι μια λύση για το πρόβλημα της ανεπάρκειας των τροφίμων είναι η καλύτερη ανακατανομή των πόρων μας. Για παράδειγμα, η ποσότητα των δημητριακών που απαιτούνται, για να τραφεί μια αγελάδα που θα προμηθεύσει κρέας σ᾽ έναν άνθρωπο, μπορεί να θρέψει πολλαπλάσιο αριθμό ανθρώπων αν χρησιμοποιηθεί για να φτιαχτεί ψωμί και παρασκευάσματα αλεύρων. Οι οικολόγοι μάς έχουν απόδείξει επίσης ότι η εκτροφή βοοειδών και η κατεργασία του κρέατος απαιτεί πολύ περισσότερα καύσιμα, νερό και ενέργεια απ᾽ αυτά που χρησιμοποιούνται για την παραγωγή δημητριακών και οπωροκηπευτικών. Η χορτοφαγία είναι ένα αποτελεσματι-

κό μέσο για την προστασία των ζωτικών πλουτοπαραγωγικών πηγών μας.

Στη χαραυγή της νέας χιλιετίας, η προσοχή μας έχει επικεντρωθεί στα όνειρα και στις ελπίδες της ανθρωπότητας για έναν καλύτερο κόσμο. Οι άνθρωποι είναι περισσότερο ενημερωμένοι και τους απασχολεί περισσότερο να βελτιώσουν την ποιότητα της ζωής τους. Δείχνουν μεγαλύτερο ενδιαφέρουν να λύσουν τα μυστήρια του σύμπαντος και λαχταρούν περισσότερο απ᾽ ό,τι στο παρελθόν να νιώσουν πληρότητα και διαρκή ευτυχία σε προσωπικό επίπεδο. Ενδιαφερόμαστε επιπλέον για την ευημερία της παγκόσμιας κοινότητας και τη διάσωση του πλανήτη μας. Το πώς θα συντηρήσουμε τον εαυτό μας είναι θέμα προσωπικής επιλογής. Μια καλά ισορροπημένη χορτοφαγική διατροφή θα επιφέρει βελτίωση στην υγεία και τη φυσική μας κατάσταση, μεγαλύτερη νοητική ισορροπία και ανώτερα πνευματικά επιτεύγματα. Ακολουθώντας αυτές τις διατροφικές συνήθει ες, θα μπορέσουμε να εξασφαλίσουμε υγεία και αγνότητα στο σώμα, στο νου, στην ψυχή και στον πλανήτη μας. Δε θα συνεισφέρουμε μόνο στη διατήρηση γαλήνης και ηρεμίας για μας τους ίδιους αλλά επιπλέον θα έχουμε αναλάβει το μερίδιο της ευθύνης που μας αντιστοιχεί, για να μετατραπεί ο Πλανήτης Γη σ᾽ έναν παράδεισο χαράς και ειρήνης.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Όταν το Τρίτο Μάτι κάποιου ανοίξει και φτάσει να βλέπει λευκό Φως, θα συναντήσει εκεί "πονηρά" πνεύματα να τον περιμένουν, τα οποία ενεργούν σαν οδηγοί; Πώς κάποιος μπορεί να ξέρει αν ένα πνεύμα είναι καλό ή κακό;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Καθώς αυτοί που έχουν μυηθεί διαλογίζονται, όταν κλείσουν τα μάτια τους και ακινητοποιήσουν το νου τους, βιώνουν την εμπειρία του θείου Φωτός. Το Φως μπορεί να είναι λευκό ή να έχει κάποιο άλλο χρώμα. Όταν μυηθούμε, βρισκόμαστε κάτω από τις οδηγίες του Διδασκάλου που μας μύησε. Μετά τη μύησή μας λοιπόν, με τον καιρό, θα πρέπει να είμαστε σε θέση να φτάνουμε στην Ακτινοβόλο μορφή του

Διδασκάλου μέσα μας και η μορφή αυτή λειτουργεί ως Εσωτερικός μας οδηγός και Διδάσκαλος. Αυτή η μορφή είναι ένα σημείο αναφοράς που μας επιτρέπει να αναγνωρίσουμε τη δύναμη που θα μας βοηθήσει στο ταξίδι μας στις Εσωτερικές περιοχές.

Όταν διαλογιζόμαστε, επαναλαμβάνουμε τα πέντε Ονόματα που μας δόθηκαν την ώρα της μύησης. Αυτή η επανάληψη ονομάζεται "σιμράν". Η επανάληψη των Ονομάτων γίνεται νοερά, με τη γλώσσα της σκέψης, και γίνεται για να ακινητοποιήσουμε το νου. Αυτά είναι τα Ονόματα της δύναμης του Θεού για καθένα από τα στάδια από τα οποία η ψυχή είναι υποχρεωμένη να περάσει στο ταξίδι τής επιστροφής της πίσω στο Δημιουργό. Τα πέντε Ονόματα δε χρησιμοποιούνται μόνο για να ακινητοποιήσουμε το νου, αλλά η επανάληψή τους λειτουργεί και σαν διαβατήριο που μας επιτρέπει την είσοδο στις Εσωτερικές περιοχές. Είναι επίσης ένας κριτικός παράγοντας που μας επιτρέπει να καταλάβουμε αν μπροστά μας στέκονται η αρνητική δύναμη ή "κακά" πνεύματα, καθώς αυτά δεν είναι σε θέση να σταθούν μπροστά στην επανάληψη αυτών των Ονομάτων.

Όταν λοιπόν μυηθούμε, η προστασία και η καθοδήγηση της ψυχής μας εναπόκειται στην ευθύνη του Διδασκάλου που μας μύησε. Αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο είναι πολύ σημαντικό να βρούμε ένα Διδάσκαλο που να μπορεί να μας οδηγήσει μέχρι το τέλος της διαδρομής, δηλαδή μέχρι την πέμπτη Πνευματική Περιοχή, την "Περιοχή της Απόλυτης Αλήθειας" ή Σατς Καντ. Δεν είναι κατάλληλοι δάσκαλοι, αυτοί που μπορούν να μας οδηγήσουν μόνο μέχρι την πρώτη, τη δεύτερη ή την τρίτη περιοχή Εσωτερικά.

Οι οδηγίες αυτού του Οδηγού, θα μας προφυλάσσουν από του να πέφτουμε στις παγίδες που συναντάμε στο δρόμο μας ή να ενδίδουμε στους πειρασμούς με τους οποίους η αρνητική δύναμη θα προσπαθήσει να μας δελεάσει. Η αρνητική δύναμη έχει την έδρα της στην Τρίτη Πνευματική Περιοχή, που είναι το Αιτιατό επίπεδο και ο Διδάσκαλος - Οδηγός μας πρέπει να

είναι πάνω από αυτές τις Περιοχές, για να μπορεί να μας τραβήξει πάνω από αυτές.

Όταν βρισκόμαστε υπό την καθοδήγηση ενός Διδασκάλου που προέρχεται από την Πέμπτη Πνευματική Περιοχή, που είναι η ανώτατη περιοχή, μπορούμε να ταξιδεύσουμε με ασφάλεια μέσα από όλες τις περιοχές του υπερπέραν. Σε αντίθετη περίπτωση, θα ήταν πολύ εύκολο να χαθούμε στις κατώτερες περιοχές και ποτέ να μη φτάσουμε στο στόχο μας, εξαιτίας του γεγονότος ότι στην Αστρική και στην Αιτιατή περιοχή συναντάει κανείς άπλετο Φως και Αγάπη και πολλοί γιόγκι θεωρούν από λάθος, ότι ήδη έχουν φτάσει στην Περιοχή της Απόλυτης Αλήθειας, αλλά δεν είναι έτσι.

Στην Ανατολή πιστεύεται ότι υπάρχουν τρεις δρόμοι για να ανυψωθεί η ψυχή. Ο ένας ονομάζεται Ίντα και είναι ο αριστερός δρόμος. Ο άλλος ονομάζεται Πινγκάλα και είναι ο δεξιός δρόμος. Ο τρίτος ονομάζεται Σουσμάνα και είναι ο μεσαίος δρόμος. Όταν διαλογιζόμαστε σύμφωνα με τις οδηγίες της Σούρατ Σαμπντ Γιόγκα ή αλλιώς του Σαντ Ματ ή της Επιστήμης της Πνευματικότητας, ακολουθούμε τη διαδρομή του Σουσμάνα. Ίσως να έχετε συναντήσει σε κείμενα μεγάλων αγίων και μυστών αναφορές που λένε ότι πρέπει να ακολουθήσουμε το Σουσμάνα Μαργκ ή τη λεωφόρο του Σουσμάνα, αν επιθυμούμε να προχωρήσουμε προς τα πάνω. Σε διαφορετική περίπτωση, αν βρεθούμε στον Ίντα ή στον Πίνγκαλα, στο δεξιό ή στον αριστερό δρόμο, θα παγιδευτούμε στις κατώτερες περιοχές και δε θα φθάσουμε στο στόχο μας, στο «Βασίλειο των Ουρανών».

ΕΡΩΤΗΣΗ*: Σε ποιο βαθμό ο μυημένος ενός προηγούμενου Διδασκάλου χρειάζεται τη βοήθεια του Ζωντανού Διδασκάλου για να φτάσει στην Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου που τον μύησε;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Όταν μυηθούμε από έναν Τέλειο ζωντανό Διδάσκαλο, αυτός ο Διδάσκαλος είναι υπεύθυνος να μας οδηγήσει πίσω στο Αληθινό μας Σπίτι, το Σατς Καντ. Η Ακτινοβόλος Μορφή του Διδασκάλου που μας μύησε εγκαθίστα-

ται μέσα μας και επιβλέπει την πρόοδό μας. Αν όμως ο Διδάσκαλός μας, εγκαταλείψει το υλικό επίπεδο πριν φτάσουμε στο στόχο μας, δηλαδή στη συνένωσή μας με το Θεό και δεν έχουμε φτάσει ακόμα στην Ακτινοβόλο μορφή του Εσωτερικά, τότε ο επόμενος ή οι επόμενοι Διδάσκαλοι καλούνται κι αυτοί να διαδραματίσουν κάποιο ρόλο. Μπορούν να μας δώσουν εξωτερική καθοδήγηση και απαντήσεις στα ερωτήματά μας. Η Πνευματική τους ακτινοβολία επιπλέον δίνει ώθηση στο διαλογισμό μας, ενώ η προσοχή τους μπορεί να μας βοηθήσει να ξεπεράσουμε τα προβλήματα και τις δυσκολίες μας. Επιπροσθέτως, αν κάποιο από το κάρμα μας «πρέπει να καεί στο φυσικό σώμα του Διδασκάλου μας», όταν αυτός έχει φύγει, θα απαιτηθεί η ύπαρξη ενός άλλου ανθρώπινου σώματος και αυτό θα είναι το σώμα του ζωντανού Διδασκάλου των ημερών μας. Με άλλα λόγια και με δεδομένο ότι ο προηγούμενος Διδάσκαλος δε διαθέτει πλέον φυσικό σώμα, το δικό μας κάρμα "οφείλει" να το υποστεί ο ζωντανός Διδάσκαλος. Αυτό δε σημαίνει ότι ο Διδάσκαλος υπομένει το βάρος όλου του κάρμα μας, γιατί ένα μέρος του απαλείφεται την ώρα της μύησης και κάποιο άλλο οφείλουμε να το υποστούμε οι ίδιοι. Αν όμως το κάρμα μας ελαττωθεί, ο Διδάσκαλος, εξαιτίας του ελέους του, ενδέχεται να αποφασίσει και να φορτωθεί ένα μέρος του κάρμα μας, στο δικό του σώμα. Από το επίπεδο που είμαστε όμως δεν υπάρχει τρόπος να ξέρουμε πότε και πώς θα συμβεί κάτι τέτοιο. Ο ζωντανός Διδάσκαλος με όλα αυτά, πράγματι υποφέρει σωματικά από το κάρμα των μυημένων. Να θυμάστε όμως ότι ο ζωντανός Διδάσκαλος είναι κι αυτός κάτω από το θέλημα των δικών του Διδασκάλων, που εξακολουθούν να καθοδηγούν εκείνους που μύησαν όσο καιρό βρίσκονταν στη γη.

Παρακολουθώντας τα Σάτσανγκ ενός ζωντανού Διδασκάλου, μπορούμε να πάρουμε την ώθηση και να αποσυρθούμε στην εστία των ματιών, έτσι ώστε να μπορέσουμε να συναντήσουμε εκεί τη Ακτινοβόλο μορφή του δικού μας Διδασκάλου. Θα πρέπει όμως να διαλογιζόμαστε μόνο στη μορφή του Διδασκάλου που μας μύησε. Αυτό σημαίνει ότι η Ακτινοβόλος

μορφή που θα εμφανιστεί και θα μας οδηγήσει στο Σπίτι μας είναι η μορφή του Διδασκάλου που μας μύησε. Ο Διδάσκαλος μπορεί, με τη θέλησή του, να στείλει κάποιες φορές το διάδοχό του να μας εμφανιστεί. Αυτό όμως έγκειται στην επιλογή ή τη θέληση του Διδασκάλου μας. Γενικά, όταν καθόμαστε σε διαλογισμό ή Εσωστροφή, βλέπουμε την Ακτινοβόλο μορφή του δικού μας Διδασκάλου που εμφανίζεται από μόνη της, χωρίς εμείς να τη σχηματίζουμε με το μυαλό ή να τη φανταζόμαστε. Είναι μια μορφή που εμφανίζεται την ώρα του διαλογισμού με τη δική μας προσπάθεια και τη Χάρη του Διδασκάλου μας.

Επομένως, είναι πολλά τα κέρδη που αποκομίζουμε από το ζωντανό Διδάσκαλο του καιρού μας. Αν για διάφορους λόγους δεν έχουμε προοδεύσει μέχρι το σημείο να βλέπουμε την Ακτινοβόλο μορφή του Διδασκάλου μας Εσωτερικά, ο ζωντανός Διδάσκαλος μπορεί να μας παρέχει την καθοδήγηση που χρειαζόμαστε για να φτάσουμε στο στόχο μας.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Ο Διδάσκαλος Κιρπάλ Σινγκ έλεγε ότι ο Διδάσκαλος φροντίζει τους συγγενείς ενός μυημένου τέσσερις γενιές πριν και τέσσερις γενιές μετά τη στιγμή της μύησης. Αυτό σημαίνει ότι όλοι θα ξαναπάρουν την ανθρώπινη μορφή στην επόμενη γέννησή τους και ότι θα συναντήσουν το ζωντανό Διδάσκαλο του καιρού τους και θα πάρουν μύηση;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ μάς έχει πει ότι ο Διδάσκαλος θα φροντίσει τα μέλη της οικογένειας που αγαπούν το μυημένο, ακόμη κι αν οι ίδιοι δεν είναι μυημένοι. Αυτό σημαίνει ότι, μετά το θάνατό τους, τα μέλη της οικογένειάς μας δε θα πέσουν κάτω από την ανθρώπινη μορφή στην επόμενη ενσάρκωσή τους. Δεν υπάρχει όμως γενικός κανόνας για κάθε περίπτωση. Η επόμενη γέννησή τους σίγουρα θα γίνει στην ανθρώπινη μορφή παρά στη μορφή κάποιου ζώου ή σε άλλη κατώτερη μορφή ζωής. Επίσης θα είναι στη μοίρα τους να συναντήσουν το ζωντανό Διδάσκαλο του καιρού τους σε κάποια μελλοντική τους γέννηση και να λάβουν μύηση στο Νάαμ, αλλά το πότε, το πού και το πώς αυτό θα συμβεί, είναι στα χέρια του Διδασκάλου. Δεν μπορούμε να δώσουμε ένα γε-

νικό κανόνα σ' αυτό. Αυτό που γνωρίζουμε είναι ότι η ψυχή του συγγενούς που έχει στενή σχέση με το μαθητή και αγαπάει το μαθητή βρίσκεται πλέον στα χέρια του Διδασκάλου και σ' αυτό το Διδάσκαλο έγκειται να αποφασίσει για τις λεπτομέρειες του τρόπου και του χρόνου που αυτό το άτομο θα μυηθεί. Οφείλω όμως να σας διαβεβαιώσω ότι, μια και βρεθεί στα χέρια του Διδασκάλου, ο Διδάσκαλος δεν πρόκειται να ησυχάσει μέχρι να οδηγήσει και αυτή την ψυχή πίσω στο Αιώνιο Σπίτι μας, στο Σατς Καντ.



27. Διαλογισμός

Ερωτήσεις που έγιναν στην αίθουσα διαλογισμού στο Δελχί

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Μπορείτε σας παρακαλώ να μιλήσετε για το σιμράν και το μπατζάν και το συσχετισμό αυτών των δυο ασκήσεων; Πρέπει να κάνουμε πάντοτε και τις δυο ασκήσεις όταν καθόμαστε σε διαλογισμό; Πρέπει να κάνουμε πρώτα τη μια και μετά την άλλη; Πόση ώρα πρέπει να αφιερώνουμε σε καθεμία; Πρέπει να διακόπτουμε τη μια για να αρχίσουμε την άλλη; Αναμιγνύονται ποτέ οι δυο ασκήσεις σε μία;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Στις οδηγίες που μας δίνονται την ώρα της μύησης μας από έναν τέλειο ζωντανό Διδάσκαλο του Σαντ Ματ μας λένε ότι πρέπει να αφιερώνουμε χρόνο και στις δυο ασκήσεις διαλογισμού: το «σιμράν» και το «μπατζάν». Σιμράν είναι ο διαλογισμός στο Εσωτερικό Φως με την ταυτόχρονη επανάληψη των πέντε φορτισμένων Ονομάτων του Θεού που μας έδωσε ο Διδάσκαλος την ώρα της μύησης. Μπατζάν είναι η άσκηση της ακρόασης του Ηχητικού Ρεύματος ή Νάαμ μέσα μας. Μας ζητήθηκε επίσης να αφιερώνουμε δυόμισι ώρες την ημέρα σε διαλογισμό. Αυτό σημαίνει ότι ο μισός περίπου χρόνος πρέπει να αφιερώνεται σε σιμράν και ο άλλος μισός σε μπατζάν. Μας είπαν επίσης πως, όσο περισσότερο χρόνο αφιερώνουμε σε διαλογισμό, τόσο το καλύτερο. Γιατί; Επειδή είναι πιθανό να απαιτηθεί χρόνος μέχρι να μάθουμε να συγκεντρώνουμε την προσοχή μας. Όταν αυτοσυγκεντρωνόμαστε, τα αισθητηριακά ρεύματα αποσύρονται στην Έδρα της ψυχής. Αν τελικά καταφέρουμε να αποσύρουμε αυτά τα ρεύματα και κατόπιν σταματήσουμε το διαλογισμό, τότε διακόπτουμε την πορεία της απόσυρσης. Αν σηκωθούμε και περπατήσουμε, για να ξεμουδιάσουμε, τότε θα πρέπει να αρχίσουμε τη διαδικασία της απόσυρσης ξανά από την αρχή. Ισχύει το ίδιο με αυτό που περιγράφεται στην ιστορία του βασιλιά Βρούτου και

της αράχνης. Η αράχνη αρχίζει να σκαρφαλώνει στον τοίχο, πέφτει κάτω και κατόπιν είναι υποχρεωμένη να αρχίσει το σκαρφάλωμα ξανά από την αρχή. Η προσοχή μας είναι σαν την αράχνη. Αρχίζει να αποσύρεται αλλά όταν κουνιόμαστε επιστρέφει στο σώμα μας και μετά είμαστε υποχρεωμένοι και εμείς να ξεκινήσουμε την ανάβαση μας από την αρχή. Είναι καλύτερα να συνεχίσουμε τη διαδικασία της απόσυρσης, μια και την έχουμε ξεκινήσει, μέχρι τέλους. Αν μπορούμε να παραμείνουμε αυτοσυγκεντρωμένοι, όση ώρα τα αισθητήρια ρεύματα αποσύρονται, τότε θα μπορέσουμε να αποσυρθούμε όλο και πιο πολύ μέχρι να φτάσουμε στην Έδρα της ψυχής. Μόλις φτάσουμε στην έδρα της ψυχής, που βρίσκεται ανάμεσα και πίσω από τα δύο φρύδια, θα δούμε Φως.

Το καλύτερο είναι να ασχοληθούμε όλη την ώρα με τη μία άσκηση, αν αυτό είναι δυνατό, έτσι ώστε να μπορέσουμε να δούμε τα αποτελέσματα. Αν καθίσουμε πέντε λεπτά σε σιμράν, μετά αρχίσουμε να κάνουμε μπατζάν για άλλα πέντε λεπτά και κατόπιν ξανακάνουμε σιμράν, δύσκολα θα μπορέσουμε να έχουμε κάποιο αποτέλεσμα στην Πνευματική μας άσκηση. Είναι καλύτερα να ασχοληθούμε μόνο με τη μια άσκηση επί μια ώρα και ένα τέταρτο ή μιάμιση ώρα, να την τελειοποιήσουμε και μετά να ασχοληθούμε με την άλλη άσκηση.

Όσον αφορά το πότε θα κάθεστε σε διαλογισμό, αυτό εξαρτάται από το πρόγραμμά σας. Αν δεν έχετε παρά ελάχιστο χρόνο πριν από τη δουλειά σας για να τον αφιερώσετε στο σιμράν, τότε προφανώς το μπατζάν θα πρέπει να γίνει κάποια άλλη ώρα στη διάρκεια της ημέρας ή αντίστροφα. Και οι δύο είναι σημαντικές ασκήσεις. Και οι δύο θα πρέπει να γίνονται καθημερινά. Χρειάζεται να μοιράζετε το χρόνο ανάμεσα στις δύο ασκήσεις και να διαμορφώνετε ένα δικό σας πρόγραμμα που να μπορείτε να το θέτετε σε εφαρμογή.

Κάτι άλλο που θα πρέπει να έχετε κατά νου είναι ότι μπορείτε να βρείτε ώρα για σιμράν όταν είστε στο τραίνο για τη δουλειά ή κατά τη διάρκεια του μεσημεριανού γεύματος. Επειδή το μόνο που απαιτεί το σιμράν είναι να κλείσουμε τα μάτια

μας, μπορούμε να κάνουμε σιμράν σε πολύ περισσότερα μέρη απ᾽ όσα μπορούμε να κάνουμε μπατζάν. Το μπατζάν δεν μπορεί να γίνει μπροστά σε κόσμο, πράγμα που σημαίνει ότι περιορίζονται οι επιλογές σας στο να εξασκείστε σε μέρη όπου μπορείτε να είστε μόνοι σας. Συνεπώς, μπορείτε να αποφασίσετε να κάνετε μπατζάν σε συγκεκριμένη ώρα, όταν είστε στο σπίτι και να κάνετε σιμράν στο γραφείο σας, την ώρα του μεσημεριανού διαλείμματος, ή όταν μετακινείστε με τη συγκοινωνία.

Υπάρχει ένα Ρεύμα, το Νάαμ, το οποίο είναι και Φως και Ήχος μαζί. Έτσι όταν το σιμράν ολοκληρωθεί και έχουμε αποσυρθεί εντελώς από το σώμα, δε θα δούμε μόνο Φως, αλλά συγχρόνως το Ηχητικό Ρεύμα θα έρθει από πάνω μας και θα μας ανυψώσει. Το σιμράν είναι σημαντικό για την ακινητοποίηση του νου και για την υποβοήθηση της απόσυρσης στην Έδρα της ψυχής. Μόλις η ψυχή μας αποσυρθεί θα αρχίσουμε να βλέπουμε Φως. Ωστόσο, το Ηχητικό Ρεύμα είναι εκείνο που θα μας τραβήξει προς τα πάνω. Το σιμράν επίσης μας προστατεύει και από την αρνητική δύναμη.

Επομένως το σιμράν είναι αναγκαίο για τους εξής λόγους: Πρώτον, για να υποβοηθήσει την ακινητοποίηση του νου και την απόσυρση της προσοχής από το σώμα και δεύτερο, για προστασία απέναντι στην αρνητική δύναμη.Το μπατζάν είναι εξίσου σημαντικό, γιατί τελικά ο Ήχος είναι αυτός που θα μας ανυψώσει και μόλις ο Ήχος μάς τραβήξει προς τα πάνω, θα βιώσουμε την εμπειρία και του Φωτός και του Ήχου και τότε πράγματι τα δύο αυτά συγχωνεύονται σε ένα. Η σύγχυση προέρχεται από τη χρήση του όρου Ηχητικό Ρεύμα. Όταν χρησιμοποιείται ο όρος Ηχητικό Ρεύμα, οι άνθρωποι πιστεύουν ότι αφορά μόνο τον Ήχο. Υπάρχει όμως ένα μόνο Ρεύμα που πηγάζει από το Θεό κι αυτό το Ρεύμα έχει δύο εκδηλώσεις: το Φως και τον Ήχο. Έτσι λοιπόν, δεν υπάρχουν δύο ξεχωριστά Ρεύματα. Υπάρχει μόνον ένα Ρεύμα, που δονείται σαν Φως και Ήχος. Ίσως να είναι πιο εύχρηστο να αναφερόμαστε σ᾽ αυτό το Ρεύμα ως “Θείο Νέκταρ”. Όταν ο διαλογισμός μας ολοκληρωθεί και τελειοποιηθεί, συνδεόμαστε με ένα Ρεύμα, το Θείο

Νέκταρ. Το σιμράν μάς δίνει τη δυνατότητα να συγκεντρωθούμε στο Φως και η άσκηση του μπατζάν μάς επιτρέπει να εστιάσουμε την προσοχή μας στον Ήχο. Στην πραγματικότητα, είτε συγκεντρωνόμαστε στο Φως είτε στον Ήχο, το Ρεύμα είναι το ίδιο, απλώς είναι οι δύο διαφορετικές όψεις του ίδιου νομίσματος.

Όταν διαλογιζόμαστε στο Εσωτερικό Φως, δεν πρέπει να δίνουμε σημασία στον Ήχο. Αντίθετα, πρέπει να συνεχίζουμε να εστιάζουμε την προσοχή μας στο Φως. Όταν διαλογιζόμαστε στον Εσωτερικό Ήχο, δεν πρέπει να κάνουμε σιμράν ούτε να δίνουμε σημασία στο Φως. Κάθε άσκηση πρέπει να γίνεται χωριστά. Όταν όμως τα αισθητήρια ρεύματα, όποια άσκηση κι αν κάνουμε, απορροφηθούν απόλυτα στον Τρίτο οφθαλμό, με τη Χάρη του Διδασκάλου, θα έρθει τελικά το Θείο Νέκταρ να τραβήξει την ψυχή προς τα πάνω κι εμείς θα υπερβούμε τη σωματική μας συνειδητότητα.

ΕΡΩΤΗΣΗ*: Αν κάποιος μυημένος ακούει τη Μουσική των Σφαιρών, χωρίς να κάθεται στην καθορισμένη για το μπατζάν στάση, είναι υποχρεωτικό να κάθεται σ' αυτήν τη στάση;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Η καθορισμένη στάση για το μπατζάν μάς βοηθάει να αποσυντονιστούμε από τους εξωτερικούς ήχους, προκειμένου να ακούσουμε τους Εσωτερικούς ήχους. Το κλείσιμο των αυτιών μάς βοηθάει να ακούσουμε τους ήχους που έρχονται από μέσα μας, χωρίς να μας διακόπτουν οι εξωτερικοί θόρυβοι. Η προσοχή μας μπορεί να αποσπαστεί από τον ήχο ή τα κορναρίσματα των αυτοκινήτων στο δρόμο, από τους χτύπους του ρολογιού, από τον ήχο των ανεμιστήρων ή των θερμαντικών σωμάτων, από συζητήσεις στη διπλανή εξώπορτα, από τα αεροπλάνα που πετούν πάνω από το κεφάλι μας, από το κλάμα ενός μωρού κλπ. Είναι πολύ δύσκολο να αυτοσυγκεντρωθούμε στο διαλογισμό, όταν υπάρχουν στο περιβάλλον μας τέτοιες εστίες θορύβου. Επομένως, η στάση του μπατζάν μάς βοηθάει ώστε να μη μας παρεμποδίζουν θόρυβοι κατά τη διάρκεια της Πνευματικής μας άσκησης.

Καθώς όμως προοδεύουμε, ενδέχεται να είμαστε σε θέση να ακούμε το Ηχητικό Ρεύμα, χωρίς να καθόμαστε σ᾽ αυτή τη στάση, γιατί τότε δεν έχουμε καμιά επίγνωση της στάσης στην οποία καθόμαστε και δεν αντιλαμβανόμαστε που βρίσκονται τα διάφορα μέλη του σώματός μας. Πολλοί άνθρωποι έχουν την τύχη να ακούν το Ηχητικό Ρεύμα να ηχεί κατά τη διάρκεια όλης της μέρας και της νύχτας, ακόμα και στη δουλειά τους. Κάποιος λοιπόν μπορεί να ακούει το Ηχητικό Ρεύμα, ακόμα και χωρίς να κάθεται στη στάση του μπατζάν.

Ίσως να θυμόσαστε το περιστατικό από τη ζωή του Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, τότε που έλαβε τη μεθυστική ματιά του Χαζούρ για ένα κλάσμα του δευτερολέπτου και μετά διαπίστωσε ότι η μορφή του Χαζούρ τον συντρόφευε μέρες ολόκληρες. Μπορούσε να βλέπει την Ακτινοβόλο Μορφή του Διδασκάλου του, ακόμα και με τα μάτια ανοιχτά. Είπε ότι έβλεπε τη μορφή του Διδασκάλου του όταν διάβαζε ή μελετούσε, ακόμα κι όταν πήγαινε στην τουαλέτα. Έτσι, υπάρχουν φορές που μπορούμε να δούμε Πνευματικές εκδηλώσεις, ακόμα και με τα μάτια ανοιχτά και να ακούσουμε το Ηχητικό Ρεύμα, χωρίς να καθόμαστε στη στάση του μπατζάν.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Δεν εξασκούμαι στο διαλογισμό πολύ καιρό, με συνεχή και αδιάκοπο τρόπο, παρ᾽ όλα αυτά αντιμετωπίζω ένα σοβαρό πρόβλημα. Συχνά δεν έχω δυσκολία να φτάσω να βλέπω φώτα και να νιώθω ένα ευχάριστο αίσθημα στο σώμα μου, αλλά ξαφνικά σαν κάτι να φράζει το δρόμο μου και τα πάντα σταματούν. Κάποιες φορές καταφέρνω να συνεχίσω, ενώ άλλες μου είναι πολύ δύσκολο να ξεκινήσω από την αρχή. Τι μπορώ να κάνω για να ξεπεράσω αυτό το εμπόδιο;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Σαν απάντηση σ᾽ αυτή την ερώτηση, θα σας δώσω ένα παράδειγμα. Ας πάρουμε την περίπτωση ότι είσαστε ένας αθλητής. Ας υποθέσουμε ότι προπονείστε, για να τρέξετε σ᾽ έναν αγώνα μετ᾽ εμποδίων. Η προπόνηση αρχίζει και είστε υποχρεωμένος να υπερπηδήσετε διάφορα εμπόδια, προκειμένου να φτάσετε στο τέρμα. Όμως υπάρχει κάποιο

εμπόδιο που δεν μπορείτε να το υπερπηδήσετε εύκολα. Τι κάνετε σ᾽ αυτή την περίπτωση; Τα παρατάτε; Όχι βέβαια. Πρέπει να βρείτε τι μπορείτε να κάνετε, για να βελτιώσετε τη φυσική σας κατάσταση και τη δύναμή σας, ώστε να είστε σε θέση να ανταποκριθείτε στις απαιτήσεις του αγώνα. Ζητάτε λοιπόν από τον προπονητή σας να σας πει ποιους μυς χρειάζεται να δυναμώσετε, ώστε να βρεθείτε στη σωστή κατάσταση, για να ολοκληρώσετε τον αγώνα μετ᾽ εμποδίων που συμμετέχετε. Ανακαλύπτετε τις αδυναμίες σας και προσπαθείτε να βελτιωθείτε σ᾽ αυτούς τους τομείς. Ο διαλογισμός είναι κάτι παρόμοιο. Χρειάζεται να βρεθούμε στο κατάλληλο επίπεδο πνευματικής κατάστασης ή ικανότητας. Υπάρχουν καθορισμένες οδηγίες, που κάποιος οφείλει να τις ακολουθήσει. Κάθε μέρος της άσκησης πρέπει να εκτελείται με ακρίβεια, εφόσον θέλουμε να έχουμε αποτελέσματα. Αν κάποιο μέρος δε γίνεται σωστά, θα επηρεάσει την άσκηση στο σύνολό της. Ο διαλογισμός είναι επιστήμη, οπότε μόνο η σωστή εκτέλεση της εργασίας μας θα αποφέρει αποτελέσματα. Είναι όπως στα μαθηματικά, που δύο συν δύο κάνει τέσσερα. Η μέθοδος είναι τέλεια. Εμείς μπορεί να μη την εκτελούμε με ακρίβεια.

Μελετείστε λοιπόν κάθε βήμα της άσκησης χωριστά και μετά μπορείτε να συμπεράνετε από μόνοι σας τι παρεμβαίνει στην πρόοδό σας. Χρειάζεται αρχικά να εξετάσουμε τη στάση του σώματός μας κι αν κρατάμε το σώμα και το νου μας ακίνητα. Χρειάζεται να εξετάσουμε την αυτοσυγκέντρωσή μας. Χρειάζεται να εξετάσουμε την επανάληψη των πέντε φορτισμένων Ονομάτων από μέρους μας και την εστίαση του βλέμματός μας. Χρειάζεται επίσης να εξετάσουμε το κυρίαρχο πάθος και το ζήλο που επιδεικνύουμε. Χρειάζεται τέλος να εξετάσουμε το ημερολόγιό μας. Όλα αυτά τα στοιχεία είναι απαραίτητα για ένα σωστό και επιτυχημένο διαλογισμό.

Το κλειδί της επιτυχίας στο διαλογισμό είναι η απόσυρση των αισθητηρίων ρευμάτων στην Εστία των Ματιών ή Τρίτο Οφθαλμό. Μόλις επιτευχθεί αυτή η απόσυρση, εκείνο που απαιτείται είναι η παρατεταμένη και συνεχής εστίαση του

βλέμματός μας στο μέσο αυτού που βλέπουμε μπροστά μας όταν έχουμε κλειστά τα μάτια, χωρίς να μας αποσπούν από το σημείο αυτό σκέψεις. Είναι μία σχετικά εύκολη άσκηση αφού δεν απαιτείται να καθόμαστε σε κάποια δύσκολη σωματική στάση (ασάνα) και ακόμα δεν απαιτείται να κάνουμε συγχρόνως ασκήσεις αναπνοής ή άλλες πειθαρχίες. Παρόλο όμως που η άσκηση φαίνεται απλή, απαιτείται πολλή εξάσκηση για να γίνει με ακρίβεια.

Θα ξεκινήσετε τις Πνευματικές σας ασκήσεις βρίσκοντας τον κατάλληλο χρόνο και τόπο για διαλογισμό. Διαλέγετε μια ώρα που δεν υπάρχει κάτι που να σας ενοχλεί, έχετε ξυπνήσει τελείως και δε νυστάζετε. Διαλέγετε μια ώρα που δεν αποσπάται η προσοχή σας; Αν η ώρα που διαλέγουμε δεν είναι η κατάλληλη, τότε θα διαπιστώσουμε ότι η αυτοσυγκέντρωσή μας θα διασπάται από εξωτερικούς παράγοντες. Μπορεί να χτυπούν τα τηλέφωνα, να μας χτυπούν την πόρτα, μπορεί να είναι απαραίτητο να έχουμε την προσοχή μας στα παιδιά μας ή σε άλλες υποχρεώσεις ή μπορεί να μας ενοχλούν ένα σωρό άλλα πράγματα. Ας εξετάσουμε λοιπόν προσεκτικά το ζήτημα κι ας διαλέξουμε για το διαλογισμό μια ώρα που δε θα μας αποσπούν εξωτερικοί παράγοντες. Γιατί; Μόλις αρχίσει η απόσυρση, αν κάτι μας διακόψει, τα αισθητήρια ρεύματα θα επιστρέψουν στο σώμα και θα είμαστε αναγκασμένοι να ξεκινήσουμε και πάλι από την αρχή. Αν μας παίρνει μισή ώρα για να συγκεντρωθούμε και να αποσυρθούμε κάπως, η διακοπή της διαδικασίας θα έχει ως αποτέλεσμα να πρέπει να αφιερώσουμε άλλη μισή ώρα, προκειμένου να φτάσουμε στο ίδιο σημείο και να συνεχίσουμε πάλι από το σημείο που είχε φθάσει η απόσυρσή μας την πρώτη φορά. Κατ᾽ αυτόν τον τρόπο δε θα έχουμε καθίσει τόσο χρόνο, όσος απαιτείται για να αποσυρθούμε πλήρως. Έπειτα χρειάζεται να εξετάσουμε πού καθόμαστε. Νιώθουμε άνετα; Είναι η στάση που έχουμε επιλέξει τόσο άνετη, ώστε να μπορούμε να καθίσουμε ακίνητοι πολλή ώρα; Αν διαρκώς κουνιόμαστε και ψάχνουμε να βρούμε τη θέση που μας εξυπηρετεί περισσότερο, τότε κάθε κίνηση

θα διασπά την αυτοσυγκέντρωσή μας και η προσοχή μας, το αισθητηριακό ρεύμα δηλαδή, θα παύει να αποσύρεται από το σώμα μας. Θέλουμε το σώμα μας να νιώθει άνετα, άλλα να μην είναι τόσο χαλαρό ώστε να αποκοιμηθούμε. Αν για παράδειγμα διαλογίζεστε ξαπλωμένοι στο κρεβάτι, το πιθανότερο είναι ότι η προσοχή σας θα διασπαστεί και θα σας πάρει ο ύπνος.

Το επόμενο που είναι απαραίτητο να εξετάσουμε είναι αν επαναλαμβάνουμε τα Πέντε Ονόματα. Για να μπορέσουμε να κρατήσουμε το νου μας ακίνητο, είναι απαραίτητο να επαναλαμβάνουμε τα Πέντε Ονόματα. Τα φορτισμένα Ονόματα είναι ένας πανίσχυρος βοηθητικός παράγοντας στην απόσυρση των αισθητηριακών ρευμάτων. Σταματώντας την επανάληψη, βάζουμε από μόνοι μας φραγμούς και εμπόδια. Όταν αυτό συμβαίνει, το πιθανότερο είναι ότι θα παρέμβουν σκέψεις και η αυτοσυγκέντρωσή μας θα διαταραχθεί. Χρειάζεται λοιπόν να διασφαλίσουμε ότι η επανάληψη των Ονομάτων θα συνεχίζεται αδιάκοπα στη διάρκεια της άσκησης του σιμράν. Αν διαπιστώσετε ότι έχετε δυσκολίες σ' αυτόν τον τομέα, να αφιερώνετε καθημερινά δεκαπέντε λεπτά, προφέροντας φωναχτά αυτά τα Ονόματα, μέχρι που η επανάληψή τους να γίνει αυτόματη.

Κάποιο άλλο εμπόδιο για την επιτυχία του διαλογισμού μας μπορεί να είναι το ότι δεν κρατάμε το βλέμμα μας διαρκώς προσηλωμένο ευθεία μπροστά μας. Η δουλειά μας είναι να συνεχίσουμε να κοιτάμε ήρεμα και τρυφερά στο μέσο από οτιδήποτε εμφανίζεται μπροστά μας. Μπορεί να βλέπουμε σκοτάδι, μπορεί να βλέπουμε χρώματα ή μπορεί να βλέπουμε αναλαμπές φωτός. Αυτό που πρέπει να θυμόμαστε είναι ότι επιβάλλεται να είμαστε συνειδητοί σε ό,τι βλέπουμε. Θα πρέπει να είμαστε σε θέση να πούμε: «Είδα αυτό ή εκείνο ή ακόμη και ότι είδα σκοτάδι». Αν δεν μπορούμε να θυμηθούμε τι είδαμε, αυτό σημαίνει ότι δεν είχαμε σωστή προσήλωσή του βλέμματός μας. Σταματήσαμε να κοιτάμε ευθεία εμπρός και απορροφηθήκαμε στις σκέψεις μας. Ανεξάρτητα με το τι βλέπουμε, η δουλειά μας είναι να κοιτάζουμε παρατεταμένα στο μέσο.

Αν αρχίσουμε να βλέπουμε χρώματα κι αυτό σταματήσει, σημαίνει ότι κάτι παρενέβη και πήρε την προσοχή μας μακριά. Ίσως μετακινήσαμε το σώμα μας ή μια σκέψη πέρασε από το μυαλό μας ή σταματήσαμε να επαναλαμβάνουμε τα Ονόματα ή ενδεχομένως σταματήσαμε να κοιτάμε. Ακόμη κι αν είναι διάλειμμα ενός κλάσματος του δευτερολέπτου, δεν παύει να είναι διάλειμμα. Αυτό δίνει την ευκαιρία στα αισθητήρια ρεύματα να κατέβουν και πάλι προς τα κάτω, στο σώμα. Δεν παίρνει πολύ ώρα στα αισθητήρια ρεύματα να επιστρέψουν στο σώμα και αυτό σημαίνει ότι η διαδικασία της απόσυρσης θα πρέπει να ξεκινήσει και πάλι από την αρχή. Να θυμάστε! Δεν είναι τα χρώματα που φεύγουν, είναι η προσοχή σας που φεύγει μακριά.

Άλλο ένα πράγμα που θα πρέπει να προσέχουμε, επειδή μας ξεγελάει, είναι η επιθυμία να δούμε μια συγκεκριμένη θέα. Η επιθυμία να δούμε το ένα ή το άλλο πράγμα, που μας έχουν πει ή έχουμε ακούσει, παρεμποδίζει τη διαδικασία. Επομένως, η αρχική σας ερώτηση, γιατί δεν μπορείτε να πάτε πέρα από τα χρώματα, υποδηλώνει ότι μπορεί να μην κοιτάτε τα χρώματα, αλλά να σκέφτεστε αυτό που επιθυμείτε να εμφανιστεί πέρα από τα χρώματα. Αυτό μπορεί να είναι και η αιτία της απόσπασης της προσοχής σας. Γι᾽ αυτό το λόγο το να δέχεστε χωρίς σκέψεις ό,τι έρχεται στο διαλογισμό σας είναι ένας σημαντικός παράγων για την επιτυχία στο διαλογισμό. Η επιθυμία για οτιδήποτε δεν πρέπει να παρεμβαίνει στη διαδικασία. Απλώς συνεχίστε να κάθεστε, να αποδέχεστε με Αγάπη ό,τι έρχεται, να περιμένετε και να κοιτάτε με προσοχή αυτό που εκτυλίσσεται μπροστά σας.

Αν μπορέσουμε να εστιάσουμε την προσοχή μας στο να βελτιώσουμε όλα αυτά τα σημεία, τότε θα είμαστε σε θέση από μόνοι μας να αντιληφθούμε γιατί συναντάμε δυσκολίες στο διαλογισμό μας. Αν προπονούμαστε σαν Πνευματικοί αθλητές στους τομείς που έχουμε αδυναμίες, τότε, μέρα με τη μέρα, σαν τους αθλητές του στίβου, σίγουρα θα είμαστε σε θέση να ξεπεράσουμε όλες τις δυσκολίες και τα εμπόδια που μοιάζουν

ανυπέρβλητα και θα κερδίσουμε το μαραθώνιο αγώνα μας.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Ποια είναι η καλύτερη ώρα για διαλογισμό;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Στα κείμενα που άφησαν πίσω τους οι μεγάλοι άγιοι και μύστες συναντάμε αναφορές για την ώρα της αμβροσίας, που είναι η ώρα μεταξύ 3 και 6 το πρωί και ονομάζεται «άμριτ-βέλα», αυτή είναι η ώρα που προτείνεται για διαλογισμό. Πράγματι, ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν Σινγκ έλεγε συχνά ότι μεταξύ 3 και 6 η ώρα το πρωί περιόδευε με ένα καλάθι γεμάτο δώρα, αναζητώντας κάποιον να του τα προσφέρει. Έλεγε: «Δυστυχώς όμως, πολλοί κοιμούνται και κανείς δεν απολαμβάνει τα οφέλη από τα δώρα του Θεού». Έτσι λοιπόν, οι πρώτες πρωινές ώρες, από τις 3 μέχρι τις 6, θεωρούνται γενικά η καλύτερη ώρα για διαλογισμό.

Είναι απαραίτητο όμως να καταλάβουμε γιατί συστήνεται αυτή η ώρα. Στο παρελθόν, λίγοι μόνο χρησιμοποιούσαν τον ηλεκτρισμό, αφού η βιομηχανία δεν είχε αναπτυχθεί παρά ελάχιστα. Οι άνθρωποι ξυπνούσαν με το πρώτο φως του ήλιου και έκαναν τις δουλειές τους με το φως της ημέρας. Οι περισσότεροι ζούσαν σε αγροτικές περιοχές και χωριά, και οι εργασίες τους γίνονταν στο ύπαιθρο. Εκείνον τον καιρό έπεφταν για ύπνο νωρίς το βράδυ και ξυπνούσαν νωρίς το πρωί. Έτσι, η ώρα μεταξύ 3 και 6 το πρωί ήταν η πιο ήσυχη περίοδος της ημέρας. Ήταν η ώρα που όλα τα ζώα και τα πουλιά κοιμόντουσαν και δεν υπήρχε κανένας θόρυβος που θα μπορούσε να αποσπάσει την προσοχή τους. Ήταν μια ώρα που δε γινόταν καμιά δραστηριότητα, αφού τα πάντα ήταν σκοτεινά, οπότε αυτή ήταν η καταλληλότερη ώρα για διαλογισμό και γι᾽ αυτό το λόγο τη συνιστούσαν οι μεγάλοι άγιοι και μύστες.

Όταν όμως κάνουμε την ίδια ερώτηση στις μέρες μας, γνωρίζουμε ότι όλες τις ώρες της ημέρας υπάρχουν πράγματα που μας αποσπούν. Είναι πιθανό κάποιοι από μας να έχουν νυχτερινή βάρδια και να εργάζονται μεταξύ 3 και 6. Πρέπει λοιπόν εμείς οι ίδιοι να βρούμε ποιος είναι για μας ο πιο κατάλληλος χρόνος για διαλογισμό. Οπότε, όταν ρωτάμε σήμερα ποια είναι η καλύτερη ώρα για διαλογισμό, η απάντηση είναι, όποια

ώρα της ημέρας ή της νύχτας μπορούμε να βρούμε λίγη ησυχία. Όταν ο Χαζούρ έλεγε ότι περιόδευε με το καλάθι του γεμάτο δώρα από τις 3 μέχρι τις 6 η ώρα το πρωί, προσπαθούσε να μας εξηγήσει ότι η ώρα του διαλογισμού είναι η ώρα που παίρνουμε τα δώρα μας. Έτσι όποια ώρα της ημέρας κι αν διαλογιζόμαστε, εκείνη την ώρα λαμβάνουμε τα δώρα του Θεού, από τα χέρια του Διδασκάλου.

Αν δουλεύουμε πρωινή βάρδια, ας πούμε από τις 8 μέχρι τις 4 ή 5 η ώρα, τότε ίσως η ώρα μεταξύ 3 και 6 να είναι καλή για μας. Αν δουλεύουμε νυχτερινή βάρδια, τότε κάποια άλλη στιγμή της ημέρας, στην οποία θα έχουμε τη δυνατότητα να διαλογιζόμαστε με τακτικότητα, θα είναι η καλύτερη ώρα για μας.

ΕΡΩΤΗΣΗ*: Πόση ώρα θα πρέπει να καθόμαστε σε διαλογισμό κάθε φορά;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι μεγάλοι Διδάσκαλοι μας έχουν πει ότι θα πρέπει να διαλογιζόμαστε δυόμισι ώρες καθημερινά, που αντιστοιχεί στο 1/10 του εικοσιτετράωρου. Πολλοί ρωτούν αν θα πρέπει να καθόμαστε επί δυόμισι ώρες μία φορά ή αν θα πρέπει να μοιράζουμε το χρόνο του διαλογισμού με τέτοιο τρόπο, ώστε να νιώθουμε πιο άνετα. Εδώ χρειάζεται προσοχή. Αν σπάσουμε το χρόνο του διαλογισμού σε πολλά κομμάτια, ώστε κάθε φορά να καθόμαστε λίγο, για παράδειγμα δεκαπέντε λεπτά, το πιθανότερο είναι να μην καταφέρουμε να μπούμε σε βαθύ διαλογισμό. Αυτό που γενικά συστήνεται είναι να καθόμαστε σε διαλογισμό τουλάχιστον μία ώρα, έτσι ώστε να έχουμε την ευκαιρία να φτάσουμε σε βαθύτερες καταστάσεις διαλογισμού. Η απόφαση λοιπόν, για το αν θα καθόμαστε δυόμισι ώρες σε διαλογισμό μια φορά την ημέρα ή αν τον ίδιο χρόνο θα τον μοιράζουμε στα δύο ή στα τρία, εξαρτάται από τις υποχρεώσεις και το πρόγραμμά μας. Όμως όση περισσότερη ώρα συνεχώς μπορούμε να καθίσουμε σε διαλογισμό κάθε φορά, τόσο αυξάνονται οι πιθανότητες να μπορέσουμε να κάνουμε βαθύτερο διαλογισμό και να βιώσουμε βαθύτερες καταστάσεις συνειδητότητας.

Επίσης, δίνεται ιδιαίτερη έμφαση στο να διαλογιζόμαστε

καθημερινά την ίδια ώρα. Ο λόγος που συστήνεται να κάνουμε διαλογισμό καθημερινά την ίδια ώρα είναι γιατί κατ᾽ αυτό τον τρόπο ο διαλογισμός γίνεται συνήθεια. Μόλις γίνει συνήθεια, τότε θα καθόμαστε με ευκολία αυτήν την ώρα. Αν βάζουμε στην άκρη μια συγκεκριμένη ώρα για διαλογισμό, τότε θα μας είναι εύκολο να τηρήσουμε αυτό το πρόγραμμα με ακρίβεια και σταθερότητα. Στις μέρες μας όμως υπάρχουν κάποιες δουλειές, όπως για παράδειγμα το επάγγελμα του νοσοκόμου, όπου το ωράριο αλλάζει κάθε δύο ή τρεις βδομάδες. Υπάρχουν επίσης κι άλλες δουλειές που κάποιος εργάζεται σαράντα οκτώ ώρες χωρίς διακοπή και μετά του δίνονται τρεις μέρες ρεπό. Υπάρχουν επίσης δουλειές που κάποιος υποχρεώνεται να αλλάζει το ωράριό του σε καθημερινή βάση. Αν λοιπόν κι εμείς αντιμετωπίζουμε στη δικιά μας δουλειά κάποιο απ᾽ αυτά τα προβλήματα, εκείνο που συστήνεται είναι να διατηρούμε όσο μας είναι δυνατό το ίδιο ωράριο για το διαλογισμό μας. Αν για παράδειγμα τη μια εβδομάδα δουλεύουμε το πρωί, την άλλη το απόγευμα και την επόμενη το βράδυ, τότε ανά τρεις βδομάδες θα επιστρέφουμε ξανά στο ίδιο πρόγραμμα. Μπορούμε λοιπόν να κανονίσουμε το χρόνο μας σύμφωνα με τη βάρδια μας στη δουλειά. Έτσι, μπορούμε να κανονίσουμε τα πράγματα με τρόπο που να έχουμε μια τακτική ώρα για διαλογισμό τις εβδομάδες που δουλεύουμε πρωί και μια άλλη τακτική ώρα τις εβδομάδες που δουλεύουμε βράδυ. Αν έχουμε μια δουλειά που το ωράριο αλλάζει σε καθημερινή βάση, τότε θα πρέπει κάθε μέρα, από πριν να προγραμματίζουμε ώστε να γνωρίζουμε την ώρα που πρόκειται να καθίσουμε για διαλογισμό. Αν δεν αποκτήσουμε αυτή τη συνήθεια του να προγραμματίζουμε την ώρα, στο τέλος θα κουραστούμε.

Αν δεν έχουμε βάλει από πριν στην άκρη κάποια ώρα, τότε το πιθανότερο είναι ότι δε θα κάνουμε διαλογισμό, γιατί όλο και κάτι θα προκύπτει, που ίσως εκείνη τη στιγμή το θεωρήσουμε σημαντικότερο. Όσο οι προτεραιότητές μας στρέφονται στην προσπάθεια να ικανοποιήσουμε τις καθημερινές μας ανάγκες, δε θα μπορέσουμε να φτάσουμε στο στόχο μας.

Οι μεγάλοι Διδάσκαλοι μας έχουν δώσει τις απαντήσεις για όλα τα θέματα που αφορούν το διαλογισμό. Αυτές οι ερωτήσεις πάντοτε απασχολούσαν τους ανθρώπους, τόσο σήμερα όσο και πριν από πεντακόσια χρόνια και ίσως στο μέλλον να τους απασχολούν ακόμα περισσότερο. Αν διαβάσουμε τα κείμενα που άφησαν πίσω τους οι μεγάλοι άγιοι και μύστες, θα ανακαλύψουμε ότι δεν είμαστε οι μόνοι που έχουμε τέτοιες απορίες, γιατί παρόμοια ερωτήματα απασχόλησαν την ανθρωπότητα από την αρχή ακόμα της Δημιουργίας. Πολλοί μεγάλοι άγιοι και μύστες μάς έχουν δώσει τις απαντήσεις που μας οδηγούν στο στόχο μας. Όταν αρχίσουμε να ζούμε σύμφωνα με τα διδάγματα τους, θα δούμε τη ζωή μας να πλημμυρίζει από ευτυχία. Θα βρούμε γαλήνη στη ζωή μας και ηρεμία στις καθημερινές μας δραστηριότητες. Ας ψάξουμε λοιπόν να βρούμε κάποια συγκεκριμένη ώρα για τον καθημερινό μας διαλογισμό!

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Ο Χαζούρ Μπάμπα Σαουάν έλεγε ότι μπορείς να φτάσεις στο Θεό μόνο μέσω της αυτοσυγκέντρωσης στην εστία των ματιών, απ' όπου μπαίνουμε στα ανώτερα επίπεδα. Ο Σαντ Ντάρσαν Σινγκ λέει ότι ο Θεός είναι Αγάπη, η ψυχή είναι Αγάπη και ο δρόμος της επιστροφής στο Θεό περνάει μέσα από την Αγάπη. Αναρωτιέμαι πώς αυτά τα δύο σχετίζονται μεταξύ τους. Είναι δύο διαφορετικές προσεγγίσεις του Μονοπατιού ή εν τέλει είναι το ίδιο.*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι δυο αυτές δηλώσεις στην πραγματικότητα σημαίνουν ακριβώς το ίδιο. Ας δούμε όμως πώς είναι το ίδιο. Είναι αλήθεια ότι πρέπει να αποσύρουμε την προσοχή μας στην Εστία των ματιών, προκειμένου να συντονιστούμε με τον Σαμπντ ή Λόγο και να ταξιδέψουμε μαζί του στα ανώτερα Επίπεδα. Αυτό είναι το σημείο επαφής με το Ρεύμα του Φωτός και του Ήχου. Ωστόσο, ο τρόπος με τον οποίο μπορούμε να φτάσουμε σ' αυτό το σημείο περνάει μέσα από την Αγάπη. Έχουμε μάθει τις οδηγίες του διαλογισμού και τις έχουμε ακούσει πολλές φορές. Εκείνο όμως που δε συνειδητοποιούμε είναι ότι ο διαλογισμός δεν είναι μια στερεότυπη εμπειρία που γίνεται μηχανικά. Ναι, είναι γεγονός ότι η περιγραφή της

τεχνικής μοιάζει μηχανική, αφού μας λέει να καθίσουμε ακίνητοι, να κλείσουμε τα μάτια, να ακινητοποιήσουμε το νου και να εστιάσουμε το βλέμμα μας σε ό,τι βρίσκεται μπροστά μας. Εντούτοις, ολόκληρη η διαδικασία γίνεται με Αγάπη. Γιατί νομίζετε ότι οι οδηγίες που μας δίνονται για το διαλογισμό είναι: «κοιτάτε παρατεταμένα, αδιάκοπα και με Αγάπη ό,τι βρίσκεται μπροστά σας»; Η λέξη Αγάπη είναι σημαντική. Η επανάληψη των Ονομάτων, η εστίαση του βλέμματος, όλα γίνονται με Αγάπη μέσα στην καρδιά μας. Ολόκληρη η διαδικασία βασίζεται στο να αποσύρουμε την ψυχή μας, που με τη μορφή της προσοχής εξαπλώνεται σ᾽ ολόκληρο το σώμα (η προσοχή είναι η εξωτερική έκφραση της ψυχής) και η αληθινή της ουσία είναι η Αγάπη. Αυτή την ψυχή πρέπει να την επανασυνδέσουμε με το χείμαρρο της Αγάπης που αναβλύζει από το Θεό. Η ένωση της Αγάπης με την Αγάπη γίνεται με τη μαγνητική έλξη της Αγάπης. Αυτή ακριβώς είναι η βάση της μεθόδου του διαλογισμού. Η ψυχή, που είναι Αγάπη, αποσύρεται στο σημείο που μπορεί να συγχωνευτεί με το Ρεύμα της θείας Αγάπης και μπορεί έτσι να μεταφερθεί πίσω στο Θεό ή στην Πηγή όλης της Αγάπης. Οπότε, δεν υπάρχει αντίφαση στη χρήση των όρων. Οι δύο διαδικασίες είναι ακριβώς το ίδιο και εξελίσσονται ταυτοχρονα.



28. Οι αρχές που διέπουν τους τρεις κόσμους

Ερωτήσεις και απαντήσεις που δόθηκαν στο Κέντρο της Αποστολής στο Σικάγο

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Καλησπέρα Διδάσκαλε. Εγώ έχω να κάνω μια ερώτηση σχετικά με τον Καλ. Έχω την περιέργεια να μάθω αν ο Καλ είναι μια πραγματική Πνευματική οντότητα ή αν είναι κάτι που υπάρχει μέσα μας. Πρόκειται γι' αυτό που οι Χριστιανοί ονομάζουν διάβολο ή αρνητική δύναμη;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι άγιοι έχουν εξηγήσει με προσομοιώσεις και παραβολές, ότι ο Καλ είναι κάποιος που ήταν πολύ αφοσιωμένος στο Θεό. Εξαιτίας αυτής του της αφοσίωσης και της προσπάθειας που κατέβαλλε, ο πάνσοφος Θεός τού έδωσε κάποια θεία δώρα. Σε πολλές παραδόσεις υπάρχουν αναφορές σε θεία δώρα, τα οποία είχαν παραχωρηθεί σε ψυχές που ήταν αφοσιωμένες στον Κύριο.

Έτσι, λέγεται ότι πριν έρθει σε ύπαρξη ο φυσικός κόσμος, υπήρχε μόνον η περιοχή του Σατς Καντ και η Υπεραιτιατή περιοχή. Δεν υπήρχαν τότε τα άλλα επίπεδα, το Φυσικό, το Αστρικό και το Αιτιατό Επίπεδο, δηλαδή η Περιοχή του Μραχμάν. Ο Καλ λοιπόν ανέπτυξε μια "εγωιστική επιθυμία" και ζήτησε από το Θεό να του Δημιουργήσει μια δικιά του περιοχή, την Περιοχή του Μραχμάν. Τότε ο Πανάγαθος Θεός έφερε σε ύπαρξη τα κατώτερα επίπεδα της Δημιουργίας και του "επέτρεψε να τα διοικεί". Σε σχέση με τον Καλ έχουν χρησιμοποιηθεί πολλοί όροι, κι ένας απ' αυτούς είναι και ο όρος "Αρνητική Δύναμη". Αυτά βέβαια τα θέματα, καταλαβαίνετε ότι δεν είναι εύκολο να εξηγηθούν βάσει της ανθρώπινης λογικής, σε κάποια φυσική γλώσσα, γι' αυτό χρησιμοποιούνται λεκτικές μεταφορές και αλληγορίες. Έτσι τώρα θα προσπαθήσω να απαντήσω άλληγορικά στο ερώτημά σας. Οι περιοχές του Μπραχμάντ, όπως λέγονται στα Ινδικά, δηλαδή το Αιτιατό, το Αστρικό και το Φυσικό Επίπεδο, είναι κάτω από την κυριαρχία του Καλ,

παρόλο που τα πάντα είναι κάτω από την κυριαρχία του Θεού. Ας πάρουμε το παράδειγμα μιας εταιρείας, η οποία έχει την έδρα της εδώ στο Νέιπερβιλ και ότι ο πρόεδρος της εταιρείας έχει κι αυτός το γραφείο του εδώ. Στη συνέχεια, η εταιρεία αυτή μπορεί να επεκταθεί πέρα από τις Ηνωμένες Πολιτείες και να δημιουργήσει ένα παράρτημα στην Ευρώπη και αργότερα στην Ασία, στην Αφρική και στην Αυστραλία. Τότε ορίζονται κάποιοι υπεύθυνοι της εταιρείας στα αντίστοιχα παραρτήματα, άλλος στην Ευρώπη, άλλος στην Ασία, άλλος στην Αφρική, κ.τ.λ. οι οποίοι έχουν εξουσιοδοτηθεί να ενεργούν αυτόνομα και να παίρνουν αποφάσεις. Βέβαια, ο πρόεδρος που έχει την έδρα του στο Νέιπερβιλ μπορεί ανά πάσα στιγμή να επικυρώσει ή και να αλλάξει τις αποφάσεις του κάθε υπευθύνου αλλά συνήθως, για να λειτουργεί η εταιρεία, ο πρόεδρος αφήνει στον κάθε υπεύθυνο την ελευθερία, να κάνει ό,τι νομίζει. Κατά παρόμοιο τρόπο, ο Θεός έχει δώσει αυτονομία στον Καλ, σε σχέση με αυτά τα τρία επίπεδα, κι αυτός κάνει το καλύτερο που μπορεί, για να επεκτείνει, θα λέγαμε, την επιχείρησή του. Η επέκταση αυτής της επιχείρησης έγκειται στο να διατηρεί όσο γίνεται περισσότερες ψυχές σ᾽ αυτά τα επίπεδα, προσπαθώντας να μην επιτρέψει στις ψυχές, που ήδη υπάρχουν σ᾽ αυτά, να φεύγουν. Ο Καλ γνωρίζει πως, όταν φεύγουν ψυχές απ᾽ αυτά τα επίπεδα, το βασίλειό του απογυμνώνεται. Προσωπικά λοιπόν από το να αναφέρομαι στον Καλ με τον όρο “Αρνητική Δύναμη” προτιμώ τον όρο “Συγκρατούσα Δύναμη”, αφού ο Καλ προσπαθεί να συγκρατήσει τις απώλειες και να διατηρήσει τα κεκτημένα του.

Στην προσπάθεια του λοιπόν να συγκρατεί τις ψυχές στα κατώτερα επίπεδα, ο Καλ επινόησε το Νόμο του Κάρμα, ο οποίος είναι μεν δίκαιος νόμος, αλλά δίχως ίχνος οίκτου για τις ψυχές. Ο νόμος του κάρμα λειτουργεί σύμφωνα με την αρχή “οφθαλμόν αντί οφθαλμού”, που σημαίνει ότι, αν έχουμε καλές σκέψεις, αν προφέρουμε καλά λόγια και αν κάνουμε καλές πράξεις, θα επιβραβευθούμε, ενώ αντίθετα για τις κακές μας σκέψεις, τα κακά λόγια και τις κακές πράξεις, πρέπει να

τιμωρηθούμε. Με το σύστημα αυτό ο Καλ κρατάει τις ψυχές παγιδευμένες στο βασίλειό του.

Ο Καλ επομένως κυριαρχεί σ' αυτά τα τρία χαμηλότερα επίπεδα και επιπλέον, στην προσπάθειά του να διατηρεί τις ψυχές παγιδευμένες σ' αυτά, έχει αποσπάσει ένα τμήμα από τον εαυτό του, ένα πράκτωρά του, που ονομάζεται νους, και αυτόν τον πράκτωρα τον έχει προσκολλήσει επάνω σε κάθε ψυχή. Έτσι, αφού ο νους βρίσκεται μέσα στο σώμα, μπορούμε να πούμε ότι ο Καλ υπάρχει τόσο εξωτερικά όσο και μέσα μας, αφού ο Καλ λειτουργεί μέσω του νου. Προσπαθεί λοιπόν να μας κρατάει παγιδευμένους, εμπλέκοντάς μας σε διάφορες εγκόσμιες δραστηριότητες. Αυτός εξάλλου είναι και ο λόγος για τον οποίο ο νους μας, οι επιθυμίες και οι αισθήσεις μας είναι η αιτία και ο φορέας της δράσης μας σε συναισθηματικό, διανοητικό και υλικό επίπεδο, καθώς και κάθε ενέργειας που μας κρατάει παγιδευμένους μέσα σ' αυτό το φυσικό κόσμο.

Προσωπικά δε θα ήθελα λοιπόν να ονομάζω τον Καλ, Αρνητική Δύναμη, αφού κι εκείνος είναι δημιούργημα του Θεού και τίποτα απ' όσα έχει δημιουργήσει ο Θεός δεν μπορεί να είναι αρνητικό. Απλώς, η δουλειά του Καλ είναι η διατήρηση των κατωτέρων Επιπέδων της Δημιουργίας, κι αυτό ακριβώς προσπαθεί να κάνει. Επειδή όμως εμείς, ως ψυχές, δε θέλουμε να παγιδευτούμε μέσα στον κύκλο των γεννήσεων και των θανάτων, ο Καλ αποτελεί για μας μεγάλο εμπόδιο. Είναι κάτι ανάλογο μ' εκείνο που συμβαίνει μερικές φορές σε κάποιες οικογένειες στις οποίες ο πατέρας είναι πολύ αυστηρός, με αποτέλεσμα οι υπόλοιποι να μην είναι ευτυχισμένοι, επειδή ο αυστηρός αυτός πατέρας βάζει πάντοτε εμπόδια. Τα πράγματα δυσκολεύουν ακόμα περισσότερο όταν λείπει και η συμπόνια κι αυτό ακριβώς συμβαίνει με τον Καλ. Είναι δηλαδή πολύ δύσκολο να τα βγάλουμε πέρα μαζί του, αφού από την πλευρά του δε δείχνει καμιά συμπόνια. Έτσι, όταν κάνουμε κάποιο λάθος και αυτό είναι κάτι που δε μπορούμε να το αποφύγουμε, μας πιάνει και μας τιμωρεί και έτσι δεν μπορούμε να βγούμε από τον Κύκλο των Γεννήσεων και των Θανάτων.

Όταν κάνουμε λάθη, χρειαζόμαστε κάποιον να μας βοηθήσει. Ο Καλ όμως δε μας βοηθάει να μάθουμε από τα λάθη μας, κι αυτή ακριβώς είναι η δυσκολία που έχουμε μαζί του. Αν ο Καλ έλεγε για παράδειγμα: «Εντάξει, έκανες αυτό το λάθος, αλλά δεν πειράζει, θα σου δώσω ακόμα μια ευκαιρία», τότε θα είμαστε ευχαριστημένοι μαζί του. Όμως η περίπτωση του Καλ είναι όπως το παιχνίδι που παίζαμε παιδιά στην Ινδία και ονομάζεται "Φίδια και σκάλες". Σ' αυτό το επιτραπέζιο παιχνίδι υπάρχει ένας πίνακας με εκατό τετραγωνάκια σε δέκα σειρές και ο κάθε παίκτης ξεκινάει από το πρώτο αριστερό τετραγωνάκι στη χαμηλότερη σειρά, προσπαθώντας να φθάσει στο τελευταίο. Κάθε φορά μετακινεί το πιόνι του, ανάλογα με τη ζαριά που θα φέρει. Όμως, στον πίνακα υπάρχουν σε διάφορα σημεία σκάλες και σε άλλα σημεία φίδια. Αν βρεθείς λοιπόν σε κάποιο τετραγωνάκι που υπάρχει το κεφάλι του φιδιού, πέφτεις πίσω, ακολουθώντας το φίδι, στο σημείο που τελειώνει η ουρά του. Αν πάλι βρεθείς σε ένα τετραγωνάκι από το οποίο ξεκινάει μια σκάλα, κερδίζεις πόντους και ανεβαίνεις αμέσως στο τετραγωνάκι που οδηγεί η σκάλα. Στην Ινδία το παιχνίδι αυτό ονομάζεται "Φίδια και σκάλες", και νομίζω ότι υπάρχει και στην Αμερική κάποιο αντίστοιχο, που ονομάζεται "Τσουλήθρες και σκάλες". Στα παιχνίδια αυτά, όταν γλιστρήσεις ή όταν σε δαγκώσει ένα φίδι, πέφτεις αμέσως και χάνεις πόντους, χωρίς να έχεις τη δυνατότητα να δοκιμάσεις ξανά με το ζάρι.

Κάτι παρόμοιο ισχύει και στην περίπτωση του Καλ, ο οποίος δεν ξέρει τι θα πει συγχώρεση και οίκτος. Για να μπορέσει όμως κανείς να γίνει καλύτερος, πρέπει να έχει κάποιον να τον βοηθάει όταν πέφτει. Πρέπει να έχει κάποιον που να μπορεί να του εξηγεί με ωραίο τρόπο ότι έκανε το συγκεκριμένο λάθος αλλά και να τον καθοδηγεί, ώστε να μην το επαναλάβει ή ακόμα και να τον συμβουλεύει για τα πράγματα που πρέπει να ακολουθήσει, για να μην οδηγηθεί μπροστά σε καινούρια προβλήματα.

Ο Καλ όμως δεν κάνει κάτι τέτοιο. Αυτό που κάνει είναι να

μας τιμωρεί μόλις κάνουμε κάποιο λάθος, με αποτέλεσμα να μην μπορούμε να μάθουμε από τα λάθη μας. Αυτό είναι κατά τη γνώμη μου το δυσκολότερο σημείο σε σχέση με τον Καλ. Αυτός είναι και ο λόγος που παγιδευόμαστε όλο και περισσότερο στις εγκόσμιες δραστηριότητες της ζωής μας.

Ένα άλλο παράδειγμα που χρησιμοποιώ πολλές φορές και μας βοηθάει να κατανοήσουμε πώς λειτουργεί ο Καλ, είναι το παράδειγμα της λάσπης. Όταν βρέχει πολύ, σε κάποιες περιοχές γίνονται κατολισθήσεις και πέφτουν στους δρόμους τεράστιοι όγκοι λάσπης. Δεν ξέρω αν κάποιοι από σας είχατε ποτέ την εμπειρία, να βρεθείτε κοντά σε μια τέτοια περιοχή. Είναι κάτι πολύ επικίνδυνο, γιατί αν βρεθεί κάποιος άνθρωπος μέσα σ᾽ αυτή τη μάζα της λάσπης που έχει μαλακώσει από το νερό, στην προσπάθειά του να βγει, μπορεί να βουλιάζει και όσο κινείται να βουλιάζει ακόμα πιο πολύ. Είναι σαν να ανοίγει η γη και να τον καταπίνει κι αν δεν βρεθεί κάποιος απ᾽ έξω να του δώσει το χέρι του ή ένα μπαστούνι για να τον τραβήξει, θα βουλιάζει όλο και πιο πολύ.

Κατά παρόμοιο τρόπο, αφού ο Καλ δεν μας βοηθάει να συνειδητοποιήσουμε ποια λάθη κάνουμε και γιατί τα κάνουμε, στην πορεία της ζωής, σκάβουμε μόνοι μας το λάκκο μας όλο και πιο βαθιά και πέφτουμε μέσα του. Όμως, ο φιλεύσπλαχνος Θεός βρήκε ένα τρόπο, για να μας βοηθήσει να βγούμε απ᾽ αυτό το αδιέξοδο. Μέσω των αγίων και των μυστών, μας δίνει τη βοήθεια και το στήριγμα που χρειαζόμαστε. Στέλνει “Κάποιον” που μπορεί να μας πει: «Εντάξει, κι αν ακόμα έκανες κάποιο λάθος, δεν ήρθε δα και η συντέλεια του κόσμου!» Έχουμε “Κάποιον” που μπορεί να μας εξηγήσει με ποιο τρόπο μπορούμε να αποφύγουμε να κάνουμε τα ίδια λάθη ξανά και ξανά. Υπάρχει “Κάποιος” που μπορεί να μας πει ότι υπάρχει και κάτι άλλο πέρα απ᾽ αυτό το επίπεδο του Καλ μέσα στο οποίο ζούμε. Αυτός είναι το στήριγμα που μας προσφέρει, μας συγκρατεί και μας τραβάει έξω από τη λάσπη. Πατώντας και πάλι σε σταθερό έδαφος, μπαίνουμε ξανά στο δρόμο που οδηγεί πίσω στο Θεό.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Καταλαβαίνω ότι είμαστε μέρος του Θεού, ότι Τον αφήσαμε και ότι στόχος μας είναι να επιστρέψουμε κοντά Του. Η ερώτησή μου είναι, γιατί αφού ήμασταν κάποτε μαζί Του έπρεπε να πέσουμε και να έρθουμε εδώ, όπου έχουμε να αντιμετωπίσουμε τον Καλ και όλα αυτά τα πράγματα της ζωής;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Οι μεγάλοι άγιοι έχουν το δικό τους ιδιαίτερο τρόπο με προσομοιώσεις να εξηγούν τα δυσεξήγητα. Έτσι θα σας δώσω ένα παράδειγμα για το πώς περιγράφουν μεταφορικά, την παρουσία μας σε τούτο τον κόσμο. Ας πούμε, λένε, ότι κάποιος από σας ζει εντελώς μόνος του, σ᾽ έναν τόπο που δεν υπάρχει κανένας άλλος. Δεν υπάρχουν αυτοκίνητα, δεν υπάρχουν λεωφορεία, δεν υπάρχουν σπίτια, δεν υπάρχει τίποτα. Έτσι, όταν ξυπνάτε το πρωί δεν ξέρετε τι να κάνετε ή πού να πάτε, αφού δεν έχετε κανένα να μιλήσετε. Το ίδιο λοιπόν λέγεται αλληγορικά ότι έγινε και με το Θεό που τάχα….. ήταν …. μόνος Του. Δεν υπήρχε η Δημιουργία, δεν υπήρχε τίποτα και γι᾽ αυτό έφερε τη Δημιουργία σε ύπαρξη. Έπειτα, η Δημιουργία αυτή έπρεπε να κατοικηθεί και γι᾽ αυτό ο Θεός πήρε τμήματα του Εαυτού Του και έφερε σε ύπαρξη τις ψυχές, τις οποίες αγαπάει και θέλει να "παίζουν" μαζί Του. Έτσι οι ψυχές άρχισαν να έχουν κι αυτές τη δική τους ξεχωριστή ύπαρξη. Στην αρχή η ψυχή μας πλάστηκε έτσι ώστε να βρίσκεται σε άμεση επικοινωνία με το Θεό, να απομακρύνεται για μια μόνο ζωή από κοντά Του και στη συνέχεια να ξανασυγχωνεύεται με Αυτόν. Τότε όμως εμφανίστηκε ο Καλ, που, παρ᾽ όλη την αφοσίωση του στο Θεό, είχε κυριευθεί από ….. εγωισμό !!, με αποτέλεσμα να ζητήσει και να του δοθεί η υπευθυνότητα στα τρία χαμηλότερα Εσωτερικά επίπεδα της Δημιουργίας, μέσα στα οποία άρχισε να κρατάει τις ψυχές περισσότερο από μία ζωές. Όσοι αγαπούν το Θεό αληθινά, επιστρέφουν πρώτοι σ᾽ Εκείνον αλλά τελικά όλοι μας θα επιστρέψουμε κοντά Του αργά ή γρήγορα, όμως εξαιτίας του Καλ και του νου μας που είναι πράκτοράς του, είμαστε τόσο πολύ παγιδευμένοι μέσα στον κόσμο, ώστε ξεχνάμε το Θεό. Υπάρχουν εκατομμύρια άν-

θρωποι στον κόσμο, οι οποίοι, έτσι όπως είναι παγιδευμένοι μέσα στις δραστηριότητες του κόσμου, ούτε καν σκέφτονται το Θεό ούτε καν σκέφτονται ότι υπάρχει κάποια σχέση ανάμεσα σ᾽ εκείνους και στο Δημιουργό.

ΕΡΩΤΗΣΗ*: Σ᾽ ένα γράμμα προς κάποιο μαθητή του, που εξηγεί όλα όσα αφορούν το νόμο του κάρμα, ο Μπάμπα Σαουάν χρησιμοποιεί τον Σανσκριτικό όρο "Ραρινίκαμ". Φαίνεται ότι αναφέρεται στο νόμο που καθορίζει το κάρμα μας πριν τη γέννησή μας. Θα μπορούσατε σας παρακαλώ να εξηγήσετε αυτό τον όρο και να μιλήσετε πάνω σ᾽ αυτό το θέμα;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Το ακριβές απόσπασμα που αναφέρετε, προέρχεται από ένα γράμμα του Χαζούρ που γράφτηκε τον Απρίλιο του 1927 και αναφέρει περίπου τα εξής: «Αναφέρεστε στην ασθένεια του συζύγου σας και στην απόλυσή του. Είναι φυσικό να αισθάνεστε αποκαρδιωμένη και απογοητευμένη. Οφείλω όμως να σας διαβεβαιώσω ότι, πριν ακόμη γεννηθείτε, τα γεγονότα που συνθέτουν τη ζωή σας είχαν ήδη κανονιστεί. Οι χαρές και οι λύπες και ο τρόπος που γενικά κυλάει η ζωή μας είναι προκαθορισμένα από τότε. Αυτά δε συμβαίνουν με τυχαίο τρόπο, αλλά οφείλονται σ᾽ ένα καλά δομημένο σύστημα, που είναι γνωστό ως Ραρινίκαμ».

Αυτό που λέει ο Χαζούρ είναι ότι το πεπρωμένο ή το πραλάμπντ κάρμα κάθε ζωής είναι προκαθορισμένο. Από την αποθήκη του κάρμα που έχουμε συσσωρεύσει, μας παραχωρείται ένα συγκεκριμένο μερίδιο γι᾽ αυτή τη ζωή. Σ᾽ αυτό το μερίδιο εμπεριέχονται: η οικονομική κατάσταση της ζωής μας, η γέννησή μας, οι γονείς μας, οι βαριές ασθένειες που θα περάσουμε, ο γάμος και τα παιδιά μας και ο αριθμός των αναπνοών μας. Προσέξτε όμως ότι αυτό που λέει είναι ότι, το γενικό πλαίσιο της ζωής είναι προκαθορισμένο. Τα κύρια γεγονότα είναι αμετάβλητα, υπάρχει όμως κι ένα 25% ελεύθερης βούλησης, με το οποίο επιλέγουμε τον τρόπο δράσης μας. Αυτό σημαίνει ότι, ενόσω ξεπληρώνουμε το περασμένο μας κάρμα, με τη χρήση του 25% της ελεύθερης βούλησής μας, είτε δημι-

ουργούμε καινούριο κάρμα με τις πράξεις μας είτε ασχολούμαστε με δραστηριότητες που δε δημιουργούν κάρμα. Ποιες είναι όμως οι ενέργειες που δε δημιουργούν κάρμα; Αυτές είναι ο διαλογισμός και η προσφορά ανιδιοτελούς υπηρεσίας. Όταν λέμε ανιδιοτελής υπηρεσία δεν εννοούμε συγκεκριμένες δραστηριότητες, αλλά τον τρόπο με τον οποίο παρέχουμε τις υπηρεσίες μας. Για να είναι πραγματικά ανιδιοτελής, πρέπει να προσφέρεται χωρίς καμιά σκέψη για ανταμοιβή ή αντιπαροχή και χωρίς κανένα εγωιστικό κίνητρο. Ενεργούμε απλώς και μόνο σαν ένας ταπεινός δίαυλος, μέσα από τον οποίο ο Θεός χρησιμοποιεί την εργασία μας. Αντιλαμβανόμαστε κάθε στιγμή ότι Εκείνος είναι ο πράττων. Αυτό σημαίνει ότι κάνουμε τη δουλειά του Θεού, χωρίς να προσκολλιόμαστε πάνω σ᾽ αυτή. Αυτό όμως δε σημαίνει ότι είμαστε αδιάφοροι. Αντίθετα, σημαίνει ότι βάζουμε τα δυνατά μας και μας ενδιαφέρει να κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε, αφήνοντας τα αποτελέσματα της εργασίας μας στο Θεό. Επομένως, μπορούμε να επιλέξουμε να αφιερώσουμε το 25% της ελεύθερης βούλησής μας στο διαλογισμό και στην ανιδιοτελή υπηρεσία. Με οτιδήποτε άλλο καταπιανόμαστε, με τη θέλησή μας φυτεύουμε τους σπόρους για τη μελλοντική συγκομιδή του κάρμα μας. Ένα μέρος του, το πληρώνουμε στην πορεία αυτής της ζωής, ενώ ένα άλλο μέρος μπορεί να αποθηκευτεί για κάποια μελλοντική ζωή. Ο διαλογισμός, μας βοηθάει να εξαλείψουμε και το κάρμα που δημιουργούμε σε αυτή μας την ενσάρκωση.

Κατά συνέπεια, κάποια από τα γεγονότα της ζωής μας είναι το αποτέλεσμα του κάρμα που δημιουργήσαμε στις περασμένες μας ζωές, ενώ κάποια άλλα οφείλονται στο ότι ξεπληρώνουμε το κάρμα που δημιουργούμε σ᾽ αυτήν τη ζωή. Ωστόσο, είναι δύσκολο να πούμε αν αυτά τα δύο διαφέρουν. Το υπόλοιπο μέρος είναι ελεύθερη βούληση, με την οποία επιλέγουμε αν θα εμπλακούμε σε δραστηριότητες που δημιουργούν καινούριο κάρμα ή σε ενέργειες που δε δημιουργούν κάρμα ή διευθετούν κάρμα. Εντούτοις, μια ένδειξη που μπορεί να μας βοηθήσει να καταλάβουμε αν κάτι οφείλεται σε περασμένο

κάρμα ή σε κάρμα αυτής της ζωής είναι η εξής: αν τα πράγματα δεν αλλάζουν, παρ᾽ όλες τις αξιέπαινες προσπάθειές μας, ή αν κάποια πράγματα γίνονται εύκολα ή τα συναντάμε στο δρόμο μας, ακόμα και χωρίς καμιά προσπάθεια από μέρους μας, μπορούμε να το θεωρήσουμε ότι αυτό οφείλεται σε περασμένο κάρμα που μας ξεχρεώνεται. Για παράδειγμα, μπορεί να προσπαθούμε πάρα πολύ να βρούμε δουλειά και να έχουμε προετοιμαστεί άψογα για να την κερδίσουμε κι όμως τελικά δε μας προσλαμβάνουν. Από την άλλη πλευρά, μπορεί να πάμε σε μια συνέντευξη για δουλειά, χωρίς να έχουμε προετοιμαστεί και χωρίς να καιγόμαστε ιδιαίτερα γι᾽ αυτήν κι όμως μαθαίνουμε ότι μας προσέλαβαν, γιατί είμαστε οι καταλληλότεροι γι᾽ αυτή τη θέση. Και στις δύο περιπτώσεις μπορεί να ήταν στο κάρμα μας, το να πάρουμε ή το να μην πάρουμε αυτήν τη δουλειά. Αυτό όμως δεν μπορούμε να πούμε ότι είναι ένας γενικός, εμπειρικός κανόνας. Μπορεί να μην πήραμε τη δουλειά επειδή δεν είχαμε προετοιμαστεί κατάλληλα γι᾽ αυτήν ή επειδή τεμπελιάσαμε ή επειδή δεν καταβάλαμε την απαιτούμενη προσπάθεια. Σε κάποιες περιπτώσεις μπορεί να σημαίνει ότι δημιουργήσαμε καινούριο κάρμα, επειδή λόγου χάρη δε δείξαμε την ανάλογη υπευθυνότητα κατά τη διάρκεια των σεμιναρίων πριν από την πρόσληψή μας, προσπαθώντας να τα καταφέρουμε χωρίς διάβασμα. Είναι όλα τόσο πολύπλοκα ώστε δεν μπορούμε, από το επίπεδο που βρισκόμαστε, να ξέρουμε με σιγουριά τι οφείλεται σε περασμένο κάρμα και τι σε καινούριο. Στην πραγματικότητα, αν συνεχίσουμε να το αναλύουμε, ο χρόνος που θα αφιερώναμε στην προσπάθεια να φτάσουμε στη Θέωση ξοδεύεται σε καβγάδες και αναλύσεις. Αυτό που έχει σημασία είναι να ζούμε με τρόπο που να μη δημιουργούμε καινούριο κάρμα. Όταν μας παρουσιάζεται μια ευκαιρία, που όμως είναι πέρα από τον έλεγχό μας, θα πρέπει να βάζουμε τα δυνατά μας, για να βοηθήσουμε την κατάσταση. Αν όμως, παρ᾽ όλες μας τις προσπάθειες, η κατάσταση δεν αλλάζει, τότε μπορούμε να την αποδεχτούμε σαν κάτι που πιθανότατα οφείλεται σε περασμένο κάρμα, που είμαστε υποχρεωμένοι να το

υποστούμε μέχρι να το ξεχρεώσουμε. Δε θα πρέπει λοιπόν να το σκεφτόμαστε με μελαγχολία, αλλά μάλλον θα πρέπει να ενεργούμε με θετικό τρόπο, ώστε να ανακουφιζόμαστε από κάθε πόνο ή στενοχώρια. Αν παρ᾽ ελπίδα δεν καρποφορήσουν οι προσπάθειές μας, θα πρέπει χαρούμενα να αποδεχτούμε ότι κάποιο χρέος μας ξεπληρώνεται και ότι μόλις ολοκληρωτικά το ξεπληρώσουμε, θα έχουμε λιγότερο κάρμα στην αποθήκη μας και έτσι θα έχουμε πλησιάσει περισσότερο τον τελικό μας Πνευματικό στόχο.



29. Να ξέρετε τι θέλετε

Ερωτήσεις και απαντήσεις στην αίθουσα διαλογισμού στο Κέντρο του Δελχί

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Μετά το θάνατό τους, οι άνθρωποι είτε αποτεφρώνονται είτε ενταφιάζονται. Υπάρχει κάποιο Πνευματικό όφελος στον τρόπο με τον οποίο διαθέτουμε το σώμα κάποιου μετά το θάνατό του;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Χρειάζεται καταρχήν να καταλάβουμε ότι ο αληθινός μας εαυτός είναι η ψυχή, η οποία δίνει ζωή στο σώμα. Όσο καιρό η ψυχή βρίσκεται μέσα στο σώμα, το σώμα έχει ζωή. Μόλις όμως η ψυχή φύγει για πάντα και δεν ξαναγυρίσει στο ανθρώπινο σώμα, το φυσικό μας σώμα πεθαίνει. Εκτός από τον ενταφιασμό και την καύση, υπάρχουν ενδεχομένως και άλλοι τρόποι με τους οποίους διατίθεται το σώμα σε άλλες θρησκείες.[1] Ο τρόπος με τον οποίο διαθέτουμε ένα σώμα μετά το θάνατό του είναι επουσιώδης, από τη στιγμή που συνειδητοποιούμε ότι ο αληθινός μας εαυτός είναι η ψυχή και όχι το σώμα. Φτάνουμε κάποτε να θεωρούμε ότι το σώμα είναι ένας φορέας, που μας παρέχεται σαν μέσο με το οποίο η ψυχή έχει την ευκαιρία και τη δυνατότητα να εξελιχθεί και να φωτιστεί, έτσι ώστε να μπορέσει να επιστρέψει στην αρχέγονη κατάστασή της, ως μέρος του Θεού. Όταν το σώμα πεθάνει, ο σκοπός της ύπαρξής του έχει πλέον εκπληρωθεί. Επομένως, με όποιον τρόπο κι αν διαθέσουμε το σώμα μας είναι εντάξει. Κανένας τρόπος δεν είναι περισσότερο Πνευματικός από κάποιον άλλο. Όλα εξαρτώνται από τις παραδόσεις, την κοινωνία και τη θρησκεία στην οποία γεννηθήκαμε ή ακολουθούμε. Παρατηρούμε ότι μόλις πεθάνει το σώμα, έχει την ίδια εμφάνιση μ᾽ εκείνη που είχε όταν ήταν στη ζωή. Τα χέρια, τα πόδια, τα μάτια, όλα είναι ίδια. Αυτό μας κάνει να συνειδητοποιήσουμε

1 *Σημ. μετ. Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι βαλσάμωναν τους Φαραώ.*

ότι πίσω από το σώμα υπήρχε κάτι άλλο, που του έδινε ζωή. Αυτό το κάτι, είναι η ψυχή και είναι ο αληθινός μας εαυτός. Η ψυχή ή το Πνεύμα μας είναι απόλυτα συνειδητό και αυτό που έχει σημασία είναι να αντιληφθούμε αυτή την αλήθεια, στη διάρκεια αυτής μας της ζωής.

Πολλοί άνθρωποι περνούν τον καιρό τους καλλωπίζοντας και δοξάζοντας το σώμα τους, ενώ άλλοι αφιερώνουν ένα μέρος του χρόνου τους απλώς φροντίζοντας να είναι το σώμα τους σε καλή φόρμα και στην καλύτερη δυνατή κατάσταση υγείας. Είναι πράγματι σημαντικό να διατηρούμε το σώμα μας σε καλή κατάσταση υγείας και σε καλή φόρμα, να τρέφεται σωστά όπως πρέπει να τρέφεται και η ψυχή μας. Όπως ακριβώς το φαγητό είναι απαραίτητο για τη θρέψη και την ανάπτυξη του σώματος, έτσι και η ψυχή είναι απαραίτητο να τραφεί. Η ψυχή τρέφεται όταν έρχεται σε επαφή με το Φως και τον Ήχο του Θεού, με άλλα λόγια με το Λόγο ή Νάαμ ή Σαμπντ ή Κάλμα ή Ηχητικό Φως ή οποιοδήποτε άλλο όνομα θέλουμε να δώσουμε σε αυτή την τροφή της ψυχής.

Θα συνειδητοποιήσουμε επομένως ότι είναι απαραίτητο να είμαστε συνειδητοί και να έχουμε επίγνωση της απόλυτης δύναμης και της δόξας της ψυχής, κι αυτό μπορούμε να το πετύχουμε μόνον όταν έρθουμε σε επαφή με τη θεία φύση μέσα μας.

Το σώμα είναι απλώς ένα όχημα, ένας φορέας της ψυχής και αυτό που έχει σημασία είναι να αντιληφθούμε ποιοι είμαστε, να θρέψουμε την ψυχή μας και να φτάσουμε στη φώτιση, οπότε θα έχουμε εκπληρώσει το σκοπό για τον οποίο γεννηθήκαμε πάνω σε αυτόν τον κόσμο.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Όταν βιώνουμε στιγμές μεγάλης χαράς, όπως για παράδειγμα όταν σημειώνουμε κάποια επιτυχία ή αναγνωρίζεται η αξία μας ή όταν βιώνουμε στιγμές μεγάλης λύπης, όπως όταν χάσουμε κάποιον από τους γονείς μας ή κάποιο άλλο αγαπημένο μας πρόσωπο, μοιάζει σαν να χάνουμε την ισορροπία μας. Τι μπορούμε να κάνουμε, εκτός από μπατζάν και σιμράν ή διαλογισμό στο Εσωτερικό Φως και τον Ήχο, έτσι ώστε να μη χάσουμε την επαφή μας με την*

Πνευματικότητα, την οποία επιδιώκουμε; Πώς θα πρέπει να διαμορφώσουμε τη νοοτροπία μας, ώστε να μην χάσουμε αυτή την επαφή;

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Αυτό που έχει σημασία είναι να αντιληφθούμε γιατί νιώθουμε σαν να έχουμε χάσει την ισορροπία μας. Αν ο δεσμός μας με το Δημιουργό είναι δυνατός και σταθερός, τότε τίποτα δε θα πρέπει να εξασθενίζει αυτή τη σύνδεση. Αν έχουμε μεγάλη πίστη στον Κύριο κι αν αναγνωρίζουμε ότι η ζωή μας καθοδηγείται από το Θέλημά Του, τότε, ανεξάρτητα απ᾽ ό,τι μας συμβαίνει, θα πρέπει να πιστεύουμε ότι αυτό γίνεται για το υπέρτατο καλό μας.

Όσο πιο στενή είναι η σχέση με τον άνθρωπο που χάνουμε, τόσο πιο μεγάλος είναι ο πόνος του αποχωρισμού γιατί συνειδητοποιούμε ότι ποτέ δε θα ξαναζήσουμε μαζί με τη φυσική του μορφή και έτσι χάνοντας αυτή τη μορφή, περνάμε δύσκολες ώρες αντιμετωπίζοντας την απώλεια. Αν όμως συνειδητοποιήσουμε ότι ο καθένας μας πάνω στη γη βρίσκεται σε ένα διαφορετικό στάδιο του Πνευματικού του ταξιδιού και ότι ο καθένας έρχεται και ξαναέρχεται εδώ, για διαφορετικούς λόγους, για μια ορισμένη χρονική περίοδο και κάτω από διαφορετικές συνθήκες, τότε θα αναγνωρίσουμε πως ό,τι συμβαίνει έχει σχέση με την Πνευματική μας πρόοδο και είναι για το υπέρτατο καλό μας. Επομένως, ό,τι κι αν συμβεί δε θα πρέπει να μας επηρεάσει είτε αυτό είναι χαρά είτε είναι λύπη.

Είναι απαραίτητο να έχουμε ισορροπία στη ζωή μας. Η ισορροπία είναι θέμα σταθερότητας. Παραδείγματος χάρη, όταν πάμε να αγοράσουμε ένα αυτοκίνητο, θέλουμε το πιο σταθερό, εκείνο δηλαδή που δεν ανατρέπεται εύκολα. Μετά προσπαθούμε όσο καλύτερα μπορούμε να βρούμε εκείνο το αυτοκίνητο που έχει αποδειχτεί ασφαλέστερο σ᾽ ένα πιθανό ατύχημα, με βάση πάντα τα χρήματα που είμαστε σε θέση να διαθέσουμε. Η σταθερότητα και η ευστάθεια ενός αυτοκινήτου εξαρτάται από το πόσο ισχυρή είναι η πρόσφυση, η επαφή του δηλαδή με το έδαφος. Όμοια και η Πνευματική μας σταθερότητα εξαρτάται από το πόσο ισχυρή είναι η επαφή ή

ο δεσμός μας με τον Κύριο. Αν ο δεσμός μας με το Θείο είναι ισχυρός κι αυτό προκύπτει όταν διαλογιζόμαστε και βιώνουμε το Φως και τον Ήχο του Θεού, τότε τίποτα δεν μπορεί να μας κλονίσει και θα παραμένουμε σταθεροί, ό,τι κι αν συμβεί.

Ένα άλλο παράδειγμα από τη ζωή μας είναι οι πολυκατοικίες, οι οποίες σχεδιάζονται με τέτοιο τρόπο, ώστε να δέχονται συγκεκριμένο εύρος δονήσεων από κάποιο πιθανό σεισμό. Αν κάτι βρίσκεται σε οριζόντιο επίπεδο και ασκήσουμε πάνω του πίεση, αν είναι σταθερό, θα υποχωρήσει λίγο και στη συνέχεια θα επανέλθει στην αρχική του θέση. Και σε μας όπως και στις πολυκατοικίες, ο δεσμός με τον Κύριο έχει ιδιαίτερη σημασία. Αν ο δεσμός μας είναι ασταθής, τότε θα περάσουμε δύσκολες ώρες αντιμετωπίζοντας τις καταστάσεις χαράς και λύπης που θα συναντήσουμε στη ζωή μας.

Πολλοί άνθρωποι καταρρέουν σε στιγμές θλίψης, γιατί η θλίψη τούς προκαλεί πόνο και τους κάνει να αναρωτιούνται γιατί ο Θεός δεν έκανε κάτι για να τους βοηθήσει. Ως άνθρωποι, θέλουμε ο Θεός να κάνει πάντα ό,τι εμείς θεωρούμε ότι είναι το καλό για μας. Ό,τι πιστεύουμε πως είναι καλό για μας ή ό,τι προσδοκάμε από τη ζωή, αυτό θέλουμε να γίνεται, διαφορετικά απογοητευόμαστε. Όταν δε γίνει αυτό που επιθυμούμε ή όταν συμβεί κάτι απρόοπτο, όπως για παράδειγμα ο θάνατος κάποιου δικού μας ή όταν μας συμβεί κάποιο ατύχημα, είναι δύσκολο να αντιληφθούμε γιατί έτυχε σ᾽ εμάς κάτι τέτοιο και ξεχνάμε ότι πιθανώς έπρεπε να μας συμβεί εξαιτίας του κάρμα μας. Δεν είμαστε όμως αρκετά ανοιχτόμυαλοι να το αντιληφθούμε και εγκλωβιζόμαστε σε ένα συνεχές γιατί και γιατί και γιατί, και χάνουμε μεγάλο μέρος από το χρόνο που μας έχει δοθεί για αυτή μας την ενσάρκωση. Να γιατί έχει σημασία να αντιληφθούμε πως ό,τι συμβαίνει είναι για το υπέρτατο καλό μας και μόλις αρχίσουμε να πορευόμαστε στη ζωή με αυτή την πεποίθηση, θα είμαστε σε θέση να χειριστούμε καλύτερα ό,τι μας συμβαίνει, ανεξάρτητα από τις περιστάσεις.

Μόλις συνειδητοποιήσουμε ότι το χέρι του Θεού μάς οδηγεί προς το στόχο μας, θα μπορέσουμε να αποδεχτούμε πως

όλα όσα μας συμβαίνουν είναι σαν τα κύματα, με τα οποία έρχεται αντιμέτωπο ένα πλοίο που διασχίζει τις θάλασσες. Θα έρθουν καλές και κακές στιγμές στη ζωή μας, που όλες θα υποχρεωθούμε να τις αντιμετωπίσουμε και αν είμαστε δυνατοί και έχουμε πίστη, θα φθάσουμε στο στόχο μας. Γι᾽ αυτό οι άνθρωποι, που ο δεσμός τους με το Θεό δεν είναι δυνατός, βασανίζονται και ταλαιπωρούνται. Αντίθετα, εκείνοι που ο δεσμός τους είναι ισχυρότερος και ταυτόχρονα αντιλαμβάνονται την ισχύ του, μπορούν να αντεπεξέλθουν με ευκολία στις δύσκολες στιγμές.

***ΕΡΩΤΗΣΗ**: Οι Διδάσκαλοι μάς προτείνουν να βάζουμε στόχους, τόσο σε θέματα που άπτονται της εγκόσμιας ζωής μας, όπως είναι για παράδειγμα η καριέρα μας, όσο και στην Πνευματική μας ζωή. Πρώτον, θα ήθελα να ξέρω πόση ώρα θα πρέπει να αφιερώνουμε σε διαλογισμό και ανιδιοτελή υπηρεσία. Δεύτερο, αν κυνηγήσουμε τους στόχους που θέτουμε στην καριέρα μας και αυτοί βασίζονται στις επιθυμίες μας, αυτό δεν εμπίπτει στη σφαίρα της εκπλήρωσης των επιθυμιών; Θα πρέπει να απαρνιόμαστε τις επιθυμίες μας;*

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Αυτό που έχει σημασία να αντιληφθούμε είναι ότι το Μονοπάτι του Σαντ Ματ είναι ένα Μονοπάτι θετικού μυστικισμού. Υπάρχουν πολλές μορφές μυστικισμού, κάποιες από τις οποίες απαρνιόνται την ίδια τη ζωή. Το μονοπάτι του Σαντ Ματ όμως δε μας συνιστά να απαρνηθούμε τη ζωή. Αυτό το Μονοπάτι μάς παροτρύνει να αναπτύξουμε την Πνευματικότητά μας μέσα στο πολιτιστικό, εθνικό και θρησκευτικό περιβάλλον όπου γεννηθήκαμε και ταυτόχρονα να ασχολούμαστε με όλες τις δραστηριότητές της ζωής μας.

Οι μεγάλοι άγιοι του Σαντ Ματ μάς λένε ότι όλοι έχουμε μια φυσική ύπαρξη. Μέσα σε αυτή τη φυσική μας ύπαρξη μπορούμε να αισθανόμαστε ότι υπάρχουμε ως άνθρωποι στο χώρο και το χρόνο. Το νιώθουμε όταν το σώμα μας πονάει και όταν ταλαιπωρείται και γι᾽ αυτό το λόγο προσπαθούμε να το διατηρούμε σε καλή υγεία και καλή φυσική κατάσταση. Έχουμε επίσης και νοητικές ικανότητες τις οποίες θέλουμε διαρκώς να

επαυξάνουμε. Διαπιστώνουμε επίσης ότι σ' αυτόν τον κόσμο είναι χρήσιμο να μαθαίνουμε όλο και πιο πολλά και ταυτόχρονα να μπορούμε να τα συγκρατούμε στη μνήμη μας. Καλλιεργούμε αυτήν την πτυχή του εαυτού μας μέσα από το εκπαιδευτικό μας σύστημα, μέσω του πειραματισμού σε διάφορους τομείς και μέσα από την απόκτηση γνώσεων και πληροφοριών. Εκείνο που λείπει από τη ζωή μας είναι η Πνευματική διάσταση. Δεν της δίνουμε ιδιαίτερη βαρύτητα, αφού δεν μπορούμε να την κατάλάβουμε και να την μετρήσουμε. Ελάχιστοι γνωρίζουν πώς λειτουργεί το πνεύμα, τι είναι το πνεύμα ή τι είναι η ψυχή μας και έτσι δε διαθέτουν τα απαραίτητα μέσα, για να προοδεύσουν σε αυτό τον τομέα.

Σε κάποιες μορφές μυστικισμού, οι άνθρωποι δοκιμάζουν να απαρνηθούν τη ζωή και έχουν όλα τα συνακόλουθα αυτής τους της απόφασης. Επικεντρώνουν την προσοχή τους μόνο στην Πνευματική πλευρά του εαυτού τους. Εντούτοις, στο Μονοπάτι του Σαντ Ματ, οι Διδάσκαλοι έχουν τονίσει την ανάγκη να ολοκληρωθούμε ως άνθρωποι και να αναπτυχθούμε όχι μόνο στο Πνευματικό αλλά και στο φυσικό, το νοητικό και το συναισθηματικό επίπεδο. Λένε συγκεκριμένα ότι, παράλληλα με την ανάπτυξή μας στο φυσικό και στο νοητικό επίπεδο, δε θα πρέπει να παραμελούμε την Πνευματική πλευρά της ζωής μας, η οποία είναι εξίσου ή και περισσότερο σημαντική. Αυτός είναι άλλωστε και ο λόγος που οι άγιοι του Σαντ Ματ δε μας ζητούν να αλλάξουμε τις εξωτερικές συνθήκες και το περιβάλλον που ζούμε. Δε μας ζητούν για παράδειγμα να εγκαταλείψουμε τα σπίτια ή την κοινωνία μας και να καθόμαστε σε διαλογισμό όλη τη μέρα. Θέλουν να ζούμε μέσα στην κοινωνία, σύμφωνα με τις αρχές της θρησκείας μας και ταυτόχρονα να προσπαθήσουμε να βρούμε ποιοι είμαστε πραγματικά. Μόλις αντιληφθούμε ότι είμαστε ψυχές, πρέπει να αφιερώνουμε χρόνο, ώστε να αυξήσουμε τις Πνευματικές μας ικανότητες. Ακριβώς όπως πάμε στο σχολείο δώδεκα χρόνια, για να πάρουμε το απολυτήριο του Λυκείου, μελετάμε επιπλέον τέσσερα ή περισσότερα χρόνια στο Πανεπιστήμιο, για

να πάρουμε το πτυχίο μας και γενικά αφιερώνουμε ώρες επί ωρών για να μάθουμε ό,τι μας χρειάζεται ώστε να ανταποκριθούμε στις απαιτήσεις της ζωής. Έτσι και για να προοδεύσουμε στο Πνευματικό Μονοπάτι απαιτείται χρόνος. Είναι απαραίτητο να βρίσκουμε χρόνο για διαλογισμό, έτσι ώστε να έχουμε τη δυνατότητα να βιώνουμε περισσότερες εμπειρίες της θείας μας φύσης.

Συνεπώς, όταν λέμε ότι βάζουμε στόχους, αυτό σημαίνει ότι εστιάζουμε την προσοχή μας στους τομείς που θέλουμε να εξελιχθούμε. Αν δεν ξέρουμε σε ποιους τομείς θέλουμε να εντρυφήσουμε, τότε δε θα είμαστε σε θέση να πετύχουμε. Αυτό που μας προτείνουν οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι και για τη ζωή και για την Πνευματική μας πρόοδο είναι να προσπαθούμε να διακριθούμε σε κάθε τομέα που αποφασίζουμε να δραστηριοποιηθούμε. Θα πρέπει να διαιρούμε το χρόνο μας μ' ένα τρόπο που να ανταποκρίνεται στις προτεραιότητές μας. Αν νιώθουμε ότι κάτι έχει μεγαλύτερη σημασία, θα πρέπει να του δίνουμε περισσότερο χρόνο και λιγότερο στις άλλες μας δραστηριότητες. Αν περνάμε την ώρα μας όπως τύχει, χωρίς να ξέρουμε που πάμε, τότε πολύ δύσκολα θα φτάσουμε στο στόχο μας. Στον Πνευματικό στίβο οι στόχοι μας αφορούν πράγματα που επιβοηθούν το Πνευματικό μας ταξίδι. Πρέπει δηλαδή να αφιερώνουμε χρόνο σε διαλογισμό και να βελτιώνουμε το ηθικό μας επίπεδο στην καθημερινή μας ζωή.

Δεν υπάρχουν φυσικά όργανα που να μετρούν την Πνευματική μας ανάπτυξη, όπως έχουμε για παράδειγμα το I.Q. (δείκτης νοημοσύνης) που έχει καθιερωθεί εδώ και χρόνια. Κάποιοι ενδέχεται να πιστεύουν στο I.Q. ως μία κλίμακα ακριβούς μέτρησης της ευφυίας, ενώ κάποιοι άλλοι ίσως να μην πιστεύουν σ' αυτό. Όπως και να έχει το πράγμα, είναι ένα εργαλείο στα χέρια μας, που λειτουργεί σύμφωνα με τους δικούς του κανόνες. Παρ' όλα αυτά, στον Πνευματικό τομέα δε διαθέτουμε κάποιο ανάλογο τρόπο μέτρησης της Πνευματικότητας. Η Πνευματικότητα σχετίζεται με βασίλεια συνειδητότητας που δεν είναι μετρήσιμα με φυσικά όργανα.

Στο Πνευματικό Μονοπάτι μπορούμε να βάζουμε στόχους που θα βοηθήσουν την Πνευματική μας πρόοδο. Για παράδειγμα, μπορούμε να βάλουμε στόχο να είμαστε φιλαλήθεις. Γιατί η φιλαλήθεια μάς βοηθάει στο Πνευματικό Μονοπάτι; Όταν είμαστε ειλικρινείς, το μυαλό μας είναι πιο ήρεμο. Όταν δεν είμαστε ειλικρινείς, το μυαλό μας αρχίζει να σκέφτεται: «Σ᾽ αυτόν είπα το τάδε πράγμα, στον άλλο όμως είπα κάτι άλλο» και πάντοτε προσπαθούμε να θυμηθούμε τα διαφορετικά πράγματα που είπαμε σε κάθε άνθρωπο. Όσο περισσότερο δουλεύει το μυαλό μας, τόσο πιο δύσκολο είναι να ακινητοποιηθεί την ώρα του διαλογισμού μας. Αυτός είναι και ένας από τους λόγους για τους οποίους οι άνθρωποι που ζουν στις πόλεις συναντούν μεγαλύτερες δυσκολίες στην προσπάθειά τους να ακινητοποιήσουν το νου, απ᾽ ότι οι άνθρωποι που ζουν στα χωριά. Σε μια πόλη έχουμε να ασχοληθούμε με περισσότερα πράγματα. Όσο περισσότερα είναι τα πράγματα που τραβούν την προσοχή μας, τόσο πιο δύσκολο είναι να ακινητοποιήσουμε το νου μας. Αυτό δε σημαίνει ότι δεν μπορούμε να τον ακινητοποιήσουμε. Θα πρέπει όμως να καταβάλουμε μεγαλύτερη προσπάθεια. Η φιλαλήθεια επομένως, όπως και η μη βία, η ταπεινότητα, η αγνότητα και η ανιδιοτελής προσφορά, είναι γνωρίσματα που μας βοηθούν να κρατήσουμε το νου μας ακίνητο.

Το κλειδί είναι να ακινητοποιήσουμε το νου. Αν δεν τον ακινητοποιήσουμε δε θα είμαστε σε θέση να αναγνωρίσουμε την Πνευματική μας υπόσταση και όλες αυτές οι αρετές είναι μία προϋπόθεση για να ακινητοποιήσουμε το νου. Μόλις ακινητοποιηθούν το σώμα και ο νους, μπορούμε να συνδεθούμε με το Θείο μέσα μας. Να γιατί ο νους, που είναι η πηγή όλων των επιθυμιών, επιβάλλεται να ακινητοποιηθεί. Μόλις ακινητοποιήσουμε το νου, θα πάψουμε να γεννάμε σκέψεις ή επιθυμίες που θα μας σπρώχνουν προς τη μια ή την άλλη κατεύθυνση. Αυτός είναι ο λόγος που στο Πνευματικό Μονοπάτι δίνεται τόση έμφαση στην ακινητοποίηση του νου. Γιατί νομίζετε ότι οι άνθρωποι σε κάποιες μορφές γιόγκα χρησιμοποιούν κομπολόι; Προσπαθούν να κρατήσουν το νου τους απασχο-

λημένο. Γι᾽ αυτούς η συγκεκριμένη μέθοδος είναι καλή. Άλλοι άνθρωποι νιώθουν ότι άλλες μέθοδοι για την ακινητοποίηση του νου τους ενδεχομένως να τους ταιριάζουν καλύτερα. Αν εξετάσετε όλες αυτές τις τεχνικές, ο στόχος που κρύβεται πίσω τους είναι η ακινητοποίηση του νου.

Πώς ακινητοποιείται ο νους; Οι Διδάσκαλοι του Σαντ Ματ διδάσκουν ότι η εστίαση του νου στο Θεό μάς βοηθάει στην ακινητοποίηση του. Εδώ έρχεται στο προσκήνιο η χρησιμότητα του σιμράν. Το σιμράν κρατάει το νου απασχολημένο με την επανάληψη των Ονομάτων του Θεού. Αν ο νους είναι αδειανός, θα εμφανιστούν σκέψεις. Μόλις οι σκέψεις μάς κατακλύσουν είτε καλές είναι είτε κακές, γιατί δεν παύουν να είναι σκέψεις, μας αποσπούν την προσοχή κατά τη διάρκεια του διαλογισμού. Όταν λοιπόν ακινητοποιήσουμε το νου, αυτόματα μπαίνουμε σε μια κατάσταση στην οποία δεν έχουμε επιθυμίες.

Στην ερώτησή σας λοιπόν για την ανάγκη να εξαλείψουμε τις επιθυμίες μας, σας απαντώ ότι δεν τίθεται τέτοιο θέμα. Κανένας από τους Διδασκάλους του Σαντ Ματ δε μας ζητάει να απαρνηθούμε τις επιθυμίες μας. Αντίθετα μας ζητούν να αξιολογήσουμε και να επανατοποθετήσουμε τις προτεραιότητές μας, έτσι ώστε να μην πάνε χαμένες οι προσπάθειές μας και να φτάσουμε στην επιτυχία των στόχων μας. Στις μέρες μας, αν κάποιος μας έλεγε να τα παρατήσουμε όλα, θα μας ήταν πολύ δύσκολο να ζήσουμε και να επιβιώσουμε. Έχουμε οικογένεια, έχουμε ευθύνες, έχουμε τη δουλειά μας. Το Μονοπάτι του Σαντ Ματ, είναι κάτι που μπορούμε να το ακολουθήσουμε παραμένοντας μέσα στα όρια της οικογένειας, της κοινωνίας, των γονιών, των παιδιών, των συζύγων και του περιβάλλοντός μας και ενώ ακολουθούμε το Πνευματικό Μονοπάτι, ταυτόχρονα προσπαθούμε να βελτιωθούμε και στους άλλους τομείς. Τότε, όχι μόνο θα γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι, αλλά θα ασκούμε και ευεργετική επίδραση στους άλλους με τους οποίους ερχόμαστε σε επαφή.

Στην Ανατολή υπάρχει μια λαϊκή έκφραση που υποδηλώνει

την απαξία για ορισμένες καταστάσεις και λέει πως: «Το παγώνι που χορεύει στο δάσος, είναι πάντοτε το ωραιότερο θέαμα». Πραγματικά όταν το παγώνι απλώνει την ουρά του είναι πανέμορφο. Αν όμως χορεύει στο δάσος και κανείς δεν το βλέπει, ποιο είναι το όφελος; Το παγώνι δεν κερδίζει τίποτα, αφού δεν είναι σε θέση να δει τον εαυτό του αλλά και κανείς άλλος δεν απολαμβάνει την ομορφιά του. Έτσι αν χορεύει ή αν δεν χορεύει ένα παγώνι στο δάσος δεν έχει σημασία για κανένα. Γι' αυτό στο Σαντ Ματ πιστεύουμε πως αν αποκτήσουμε φώτιση, θα πρέπει να ζούμε σε τέτοιο περιβάλλον και κάτω από τέτοιες συνθήκες που να μπορούμε να βοηθήσουμε και τους άλλους. Ακριβώς όπως τα λουλούδια ανθίζουν και σκορπούν το άρωμά τους, για να το απολαύσουν οι άλλοι, έτσι πρέπει να κάνουμε κι εμείς. Πρέπει να παραμένουμε στο κοινωνικό μας περιβάλλον, να μην παραμελούμε και να μην απαρνιόμαστε αυτήν την κοινωνική πλευρά της ζωής μας και συγχρόνως να εκπέμπουμε γύρω μας Πνευματικότητα.

Υπάρχουν κάποια άλλα μονοπάτια που οι δάσκαλοι τους, προτρέπουν τους ανθρώπους να τα παρατήσουν όλα, να πάνε σε κάποιο Άσραμ και να αφιερώνουν το χρόνο τους αποκλειστικά σε διαλογισμό. Στο Μονοπάτι του Σαντ Ματ δεν ισχύει το ίδιο. Γιατί νομίζετε ότι οι Διδάσκαλοι μπαίνουν στον κόπο να ταξιδεύουν από δω κι από κει σ' ολόκληρο τον κόσμο; Δεν θα τους ήταν πιο εύκολο να κάθονται στην Ινδία και να λένε: «Είστε ευπρόσδεκτοι εδώ. Μπορείτε να έρθετε να μείνετε και να διαλογιστείτε στο υπόλοιπο της ζωής σας». Όμως δεν κάνουν κάτι τέτοιο. Αντίθετα, ταξιδεύουν για να μπορέσουν να βοηθήσουν τους ανθρώπους στο περιβάλλον της δικιάς τους κοινωνίας. Βοηθούν τους ανθρώπους να αντιληφθούν ότι η Πνευματικότητα δεν καλλιεργείται αποκλειστικά σε τόπους όπως είναι τα μοναστήρια, οι όχθες των ποταμών και οι ερημιές. Εφόσον επιθυμούμε να αποκτήσουμε Πνευματικότητα, πρέπει να γνωρίζουμε ότι αυτή καλλιεργείται σε κάθε τόπο. Εκείνο που απαιτείται είναι απλώς να ακινητοποιήσουμε το σώμα και το νου μας. Πράγματι είναι βοηθητικό να μην τρα-

βούν τη προσοχή μας πολλά πράγματα και να μην επικρατεί έπαρση και αναβρασμός γύρω μας. Αναμφίβολα είναι βοηθητικό να επικρατεί γύρω μας γαλήνη, ηρεμία και ησυχία. Γι' αυτό άλλωστε μας ζητείται να βρούμε έναν ήσυχο τόπο και εκεί να διαλογιζόμαστε. Όταν όμως φτάσουμε σε υψηλό επίπεδο αυτοσυγκέντρωσης, όπως το έφτασαν πολλοί άνθρωποι μέσα στην ιστορία, τότε δε θα μας ενοχλεί κανένας εξωτερικός παράγοντας.

Υπάρχει ένα περιστατικό από τη ζωή του Ισαάκ Νεύτωνα. Κάποτε καθόταν στην άκρη ενός δρόμου βυθισμένος στις σκέψεις του. Ήταν τόσο απορροφημένος, ώστε δεν πρόσεξε μια φιλαρμονική ορχήστρα που πέρασε από μπροστά του. Παρόμοια, όταν η προσοχή μας είναι στραμμένη στο θείο μέσα μας, τίποτα από το εξωτερικό περιβάλλον δεν θα προσέχουμε και τίποτα δεν θα μας ενοχλεί. Παίρνει πολύ καιρό μέχρι να φτάσουμε σ' αυτό το επίπεδο. Μπορούμε όμως να βελτιωθούμε Πνευματικά όπου κι αν είμαστε, σ' όποιο περιβάλλον κι αν ζούμε. Ο καθένας μας μπορεί να εξελιχθεί στον Πνευματικό τομέα, χωρίς να εγκαταλείψει το περιβάλλον στο οποίο ζει.

Σ' αυτό τον κόσμο, οι παρέες και οι συντροφιές μας αναμφίβολα μας επηρεάζουν. Για παράδειγμα, αν οι πιο πολλοί φίλοι μας σκέφτονται και ενεργούν προς μια κατεύθυνση, το πιθανότερο είναι να τους ακολουθήσουμε. Οι παρέες ασκούν καταλυτική επίδραση πάνω μας. Ακόμα γνωρίζουμε ότι όλοι οι άνθρωποι δεν είναι ίδιοι και σε μια συντροφιά τεσσάρων, πέντε, δέκα ή είκοσι φίλων, ο καθένας διαφέρει λιγάκι από τον άλλο. Αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να πάψουμε να είμαστε φίλοι, επειδή εμείς ακολουθούμε κάποια διαφορετική κατεύθυνση. Παρόμοια, αν ανακαλύψουμε το θείο μέσα μας, υπάρχει το ενδεχόμενο να επηρεάσουμε θετικά τα υπόλοιπα μέλη της παρέας μας. Αυτός είναι άλλος ένας λόγος που επιβάλλει να βελτιώνουμε τον εαυτό μας, ανεξάρτητα από το περιβάλλον μας.

Για να εξελιχθούμε Πνευματικά είναι απαραίτητο να μάθουμε να ακινητοποιούμε το σώμα και το νου μας κατά την ώρα του διαλογισμού. Το θέμα είναι να συνειδητοποιήσουμε τι

είναι σημαντικό, να βάλουμε στόχους και να κάνουμε ό,τι θεωρούμε λογικό, προκειμένου να στραφούμε προς την κατεύθυνση που θα μας οδηγήσει στην επιτυχία των στόχων μας. Είναι ουσιαστικό να συνειδητοποιήσουμε ότι υπάρχουν καθοριστικοί παράγοντες που μας βοηθούν στην Πνευματική μας πρόοδο κι αν ο στόχος μας είναι Πνευματικός, πρέπει να βάλουμε όλη μας την προσοχή στην προσπάθεια να διακριθούμε σ᾽ αυτό τον τομέα. Αυτό δε σημαίνει ότι είμαστε υποχρεωμένοι να παρατήσουμε όλα τα άλλα, για να πετύχουμε. Γι᾽ αυτόν άλλωστε το λόγο οι μεγάλοι άγιοι του Σαντ Ματ μάς λένε ότι θα πρέπει πάντα να βάζουμε στόχους και προτεραιότητες, έτσι ώστε να είμαστε σε θέση να εργαστούμε για την επίτευξή τους. Όταν δε βάζουμε στόχους, δεν ξέρουμε προς τα που να στραφούμε.

Όταν οι Πνευματικοί Διδάσκαλοι λένε να φτάσουμε σε μια κατάσταση που να μην έχουμε επιθυμίες, εννοούν επιθυμίες αυτού του κόσμου, που οδηγούν στην προσκόλληση. Δε λένε να μην επιθυμείτε να γνωρίσετε το Θεό. Λένε ότι θα πρέπει να επανεκτιμήσουμε τις προτεραιότητές μας, έτσι ώστε η προσοχή μας να μπορεί να επικεντρωθεί στο Θείο. Μας λένε να αξιολογήσουμε τις προτεραιότητές μας, έτσι ώστε οι επιθυμίες μας να μη μας οδηγήσουν στην προσκόλληση σε αντικείμενα και δραστηριότητες αυτού του κόσμου. Αντίθετα, θα πρέπει να αποστασιοποιηθούμε από τα αντικείμενα και τις δραστηριότητες αυτού του κόσμου και τότε αυτόματα η προσοχή μας θα εστιαστεί στο Θείο και θα μπορέσουμε να συγκεντρωθούμε στο Θεό.

ΕΡΩΤΗΣΗ: *Η δική μου ερώτηση έχει να κάνει με την αυτοπαράδοση στο Διδάσκαλο. Στο βιβλίο "Πνευματική Αφύπνιση", του Διδασκάλου Σαντ Ντάρσαν Σινγκ, ο Διδάσκαλος αναφέρει ότι μόνο λίγοι είναι οι τυχεροί, που ακολουθούν το μονοπάτι της αυτοπαράδοσης. Αναφέρει ακόμα, ότι το μονοπάτι αυτό είναι δύσκολο, αλλά αν μπορέσουμε να αυτοπαραδοθούμε, το ταξίδι της ζωής μας γίνεται ομαλό και αβίαστο. Στη συνέχεια λέει ότι δεν υπάρχει άλλη διέξοδος, πέρα από την αυτοπαράδοση και ότι αργά ή γρήγορα όλοι*

πρέπει να φθάσουμε σ᾽ αυτό το στάδιο. Διαβάζοντας λοιπόν αυτό το κείμενο, θέλω να ρωτήσω, ποια βήματα πρέπει να ακολουθήσει ένας μαθητής για να πετύχει την αυτοπαράδοση στο Διδάσκαλο; Γιατί νομίζω ότι εύκολα μπορούμε να πούμε «αυτοπαραδίνομαι στο Διδάσκαλό μου», ποιες όμως είναι εκείνες οι μέθοδοι που πρέπει να ακολουθήσει ο μαθητής για να πετύχει πραγματικά αυτόν το σκοπό;

ΔΙΔΑΣΚΑΛΟΣ: Πριν αρχίσουμε να κάνουμε βήματα προς αυτήν την κατεύθυνση, νομίζω ότι είναι σημαντικό να κατανοήσουμε τη σπουδαιότητα της αυτοπαράδοσης στο Θείο θέλημα. Όσο ζούμε στο ανθρώπινο σώμα, επειδή ζει μαζί μας και ο νους, αναπτύσσουμε υπέρμετρο εγωισμό, ο οποίος στη συνέχεια δημιουργεί δυαδικότητα, αφού όπου υπάρχει εγωισμός υπάρχει και η αίσθηση της υπεροχής, ότι εγώ για παράδειγμα είμαι καλύτερος από κάποιον άλλον. Όταν συμβαίνει κάτι τέτοιο, τότε πάντα υπάρχει διχασμός. Ο σκοπός όμως της ζωής είναι η επανένωση της ψυχή μας με το Θεό, η συγχώνευσή μας μ᾽ Εκείνον. Για να μπορέσει όμως να επιτευχθεί αυτή η ένωση, πρέπει να ξεφύγουμε από τη δυαδικότητα και το διχασμό. Πρέπει μάλιστα να αντιληφθούμε ότι δεν υπάρχει διαφορά ανάμεσα στην ψυχή μας και στο Θεό, αφού και οι δυο είναι ουσιαστικά ένα και το αυτό. Αν πιστεύουμε ότι είμαστε διαφορετικοί από το Θεό, δε θα μπορέσουμε ποτέ να ενωθούμε μαζί Του. Ο Θεός είναι ένας Ωκεανός Αγάπης, ένας Ωκεανός Συνειδητότητας, ένας Ωκεανός Αλήθειας, ένας Ωκεανός Φωτός και Αγνότητας. Για να μπορέσουμε να συγχωνευθούμε μαζί Του, θα πρέπει κι εμείς να φθάσουμε σ᾽ αυτή την κατάσταση.

Ένας άγιος της Ινδίας το έχει εκφράσει πολύ όμορφα σ᾽ ένα του ποίημα, χρησιμοποιώντας το συμβολισμό του ποταμού Γάγγη, ο οποίος θεωρείται ιερός από τους Ινδούς. Λέει λοιπόν ότι ο Γάγγης, ιερός όπως είναι, δε δέχεται ακαθαρσίες και για να μπορέσει μια σταγόνα νερού να γίνει ένα μ᾽ αυτόν, πρέπει να είναι καθαρή όπως ο ίδιος. Το ίδιο κι εμείς, για να μπορέσουμε να συγχωνευθούμε με το Θεό, πρέπει να πλησιάσουμε τη δική Του κατάσταση, από πλευράς αγνότητας, Αγάπης και

ειλικρίνειας. Για να γίνει όμως αυτό, πρέπει να ξεφύγουμε από τα τεχνάσματα του νου, της ύλης και της απατηλότητας. Η αληθινή αυτοπαράδοση αρχίζει μόνον όταν έχουμε πλήρη πίστη στο Θεό και ζούμε σύμφωνα με την αρχή «γλυκό είναι το Θέλημά Σου Κύριε».

Ως άνθρωποι, όλοι σκεφτόμαστε με τον ίδιο περίπου τρόπο και λέμε για παράδειγμα: «Πώς μπορώ να κάνω αυτό το πράγμα, για να πετύχω το άλλο; Τι πρέπει να κάνω για να βρεθώ σ' αυτό το σημείο και ποια θέματα πρέπει να τακτοποιήσω για να φθάσω σ' ένα συγκεκριμένο στόχο;» Όταν προσπαθούμε να κάνουμε διάφορα πράγματα, έχοντας ένα συγκεκριμένο στόχο, όταν τα αποτελέσματα δεν είναι αυτά που προσδοκούσαμε, νιώθουμε δυστυχισμένοι. Θα μπορούσαμε όμως να δεχθούμε μια άλλη νοοτροπία, η οποία είναι και η καλύτερη, δηλαδή να καταβάλλουμε μεν όσο μεγαλύτερη προσπάθεια μπορούμε σε κάθε περίπτωση, αλλά να μην ανησυχούμε για το αποτέλεσμα.

Για παράδειγμα, ας πούμε ότι κάποιος παίζει πινγκ-πονγκ και θέλει οπωσδήποτε να κερδίσει όλους τους αγώνες. Έχοντας θέσει αυτό το στόχο, προπονείται πολλές ώρες καθημερινά, τρώει σωστά και κάνει ό,τι χρειάζεται να κάνει ένας αθλητής, για να φθάσει στο στόχο του. Αν παρ' όλα αυτά ο συγκεκριμένος αθλητής χάσει έναν αγώνα, δε θα πρέπει να απογοητεύεται, αφού υπάρχουν κι άλλοι αθλητές που έχουν ίσως τον ίδιο στόχο, να κερδίσουν κι εκείνοι τον αγώνα. Έτσι λοιπόν, μολονότι κάποιος ενδέχεται να δίνει τον καλύτερό του εαυτό και είναι σίγουρος ότι θα κερδίσει, μπορεί τελικά να χάσει, όπως άλλωστε συμβαίνει τις περισσότερες φορές. Είναι φρόνιμο να αφήνει κανείς το τελικό αποτέλεσμα στη Θέληση του Θεού.

Μπορεί χάνοντας έναν αγώνα να κερδίζουμε σε ταπεινότητα. Μπορεί η δική μας ήττα να πρέπει να φέρει χαρά στον άλλο αθλητή. Μπορεί οι γονείς του άλλου αθλητή καρμικά να πρέπει να γευτούν τη χαρά της νίκης του γιου τους. Υπάρχουν πολλά πράγματα που συνυπολογίζονται, που εμείς δεν τα

αντιλαμβανόμαστε σε όλη τους την έκταση. Από το ανθρώπινο επίπεδο δεν είμαστε σε θέση κάθε φορά να αντιλαμβανόμαστε όλες τις καρμικές παραμέτρους. Αν λοιπόν απογοητευτούμε και πούμε: «Δε θα προσπαθήσω ξανά τόσο σκληρά, αφού δεν μπορώ να νικήσω», τότε κρατάμε λανθασμένη στάση.

Επιπλέον νομίζω ότι, για να μπορέσουμε να φθάσουμε σε κατάσταση αυτοπαράδοσης στο Θείο Θέλημα, δεν πρέπει να επαναπαυόμαστε, θεωρώντας ότι Εκείνος θα φροντίσει για τα πάντα, οπότε εμείς μπορούμε να αδιαφορούμε. Αν θέλουμε να παραδοθούμε αληθινά στο Θεό, πρέπει οι προσπάθειές μας σε όλους τους τομείς να είναι οι καλύτερες δυνατές είτε πρόκειται για σπουδές είτε για τη δουλειά μας είτε για τις σχέσεις μας με την οικογένειά μας ή ακόμα κι όταν πρόκειται να προσφέρουμε τη βοήθειά μας σ᾽ έναν άγνωστο άνθρωπο που τη χρειάζεται. Σε κάθε περίπτωση, εμείς πρέπει να κάνουμε το καλύτερο δυνατό και όταν κάνουμε το καλύτερο που μπορούμε, να μην ανησυχούμε για το αποτέλεσμα.

Οι άνθρωποι έχουμε ιερό καθήκον να κάνουμε πάντα το καλύτερο που μπορούμε και στη συνέχεια να αφήνουμε το αποτέλεσμα στα Χέρια του Θεού. Όταν αφήνουμε το αποτέλεσμα των προσπαθειών μας στο Θεό, τίποτα πια σ᾽ αυτόν τον κόσμο δε θα μας ανησυχεί. Μόνον έτσι θα αρχίσουμε να ζούμε σύμφωνα με την αρχή «γλυκό είναι το Θέλημά Σου Κύριε». Όταν ζούμε αληθινά και σε πλήρη συμφωνία με αυτήν την αρχή, μπορούμε να θεωρούμε ότι έχουμε αυτοπαραδοθεί πλήρως στο Θείο Θέλημα.





ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

http://www.sos.org/el

ΣΑΝΤ ΡΑΤΖΙΝΤΕΡ ΣΙΝΓΚ

Η αναζήτηση της αληθινής μας ταυτότητας

«Πόσο συναρπαστικό είναι να πετάς με υπερηχητική ταχύτητα και να πέφτεις μέσα στην Αγκαλιά του θείου Αγαπημένου, Εσωτερικά; Πώς μπορώ να σας εκφράσω τι σημαίνει ο Κύριος να χαϊδεύει την ψυχή σας με τις θείες ματιές Του, να φυσάει τη φλόγα της Αγάπης Του μέσα στην κάθε σας πνοή; Μόλις κάποιος γευτεί αυτές τις εμπειρίες, πλημμυρίζει με ατέλειωτη μακαριότητα»

Sant Darshan Singh